

## Как говорить так, чтобы ребенок слушал



1. В разговоре с ребенком рекомендуется опуститься на уровень глаз, чтобы он смог общаться с вами **«на равных»**. Когда вы занимаете позицию сверху вниз, вы кажетесь в авторитарной позиции.

2. В разговоре обращайтесь к ребенку по имени, **говорите уверенно**, но при этом **мягко**. **Слова и фразы вежливости** (спасибо, пожалуйста) не только покажут ребенку ваше хорошее отношение, но и научат его быть вежливым.

3. Некоторые дети **плохо воспринимают длинные фразы и рассуждения**. Они между собой разговаривают короткими предложениями, которые вмещают всю необходимую информацию. Ваша **просьба должна содержаться в одной фразе**. А чтобы убедиться, что ребенок понял- попросите **повторить вашу просьбу**. Если он не может, путается –ваша формулировка была для него сложной. Детям до трех лет **лучше повторять просьбу несколько раз**, чтобы они лучше ее восприняли и запомнили. А со старшими детьми такой вариант не подходит – **повторение просьбы вызовет у них только раздражение**.

4. Если ребенок не хочет что-либо делать, то нужно найти **причину** для выполнения просьбы и оформить её в **простую фразу**. К примеру, если он не хочет одеваться для выхода на улицу, то скажите так: «Оденься, чтобы пойти гулять».

5. **Просьбы с частицей «не» могут плохо восприниматься** детьми. Поэтому постарайтесь изменить фразу, сохранив при этом её смысл. К примеру, если ребенок

бегают по дому и шумит, то можно сказать, вместо «не бегай», следующее: «Дети бегают на улице, а дома они не спеша ходят».

6. Используйте **«я-высказывания»**, когда хотите сделать замечание-обращение к ребенку **от собственного лица**. Вместо фразы «отдай игрушку» лучше сказать «я хочу, чтобы ты дал мне игрушку», «бабушка хочет, чтобы ты дал ей игрушку». Вместо очередного предупреждения «Не убегай от меня в супермаркете!», скажите: «Когда ты убегаешь от меня в супермаркете, мне становится страшно, потому что я боюсь потерять тебя».

7. Используемую фразу с формулировкой **«если..., тогда»** лучше заменить на формулу **«когда..., можно будет»**. К примеру, фразу «Если уберешь игрушки, тогда и будешь смотреть мультики» можно будет заменить на «Когда уберешь игрушки, можно будет посмотреть мультики».

8. Если вы хотите **позвать ребенка из другой комнаты**, то лучше будет зайти к нему и попросить подойти. Так он воспримет вашу просьбу более серьезно и отвлечется от своих занятий, чтобы выслушать вас.

9. Если ребенок не хочет что-либо делать, то можно создать для него **«иллюзию выбора»**. То есть, если он не хочет готовиться ко сну по всем правилам, то можно спросить: «Что ты хочешь сначала делать – чистить зубы или надевать пижаму?». Ребенку **важно самому решать, что он хочет делать**.

10. Детям задавать вопрос **«Зачем ты это сделал?»** иногда нет смысла, он просто не сможет дать ответа на вопрос. Скажите: **«Давай поговорим о том, что ты сделал»** - и обсудить эту ситуацию вместе. Обсуждения лучше вести, когда ребенок спокоен. Разговаривать с перевозбужденным малышом, который только что плакал или истерил – бесполезно.

11. Что касается общения с капризничающим и хныкающим ребенком, то здесь нужно учитывать такое правило: **чем громче он кричит, тем спокойнее и тише говорите с ним**. Если вы будете кричать на него - это никак не поможет.

12. Общайтесь со старшими детьми при **помощи записок**, оставленных **на столе или дверце холодильника**. Пусть они будут немного с юмором и разными «приколами» – это нравится детям, и такую просьбу они выполнят с большим желанием.

13. Если ваш ребенок часто разбрасывает свои игрушки, то попробуйте **решить проблему «глобально»**, предложив ребенку такой вариант, – «Ваня, а где бы ты хотел хранить свои машинки/конструктор?». В такой ситуации ребенок ощутит себя взрослым, который сам решает, что ему делать со своими вещами.

14. Если нужно **отказать** ребенку в какой-либо просьбе, то постарайтесь предложить ему **альтернативу**, к примеру: «Не поедem на фестиваль, но пойдem поиграем на детскую площадку».

17. Ставьте ребенка в **известность касательно своих планов**. Например, будучи в гостях, лучше предупредить ребенка, что вы скоро уходите, чем потом резко выдергивать его из игры с детьми.

18. Обсуждая с вашим ребенком какие-либо дела, старайтесь избегать закрытых вопросов, на которые можно ответить «да»/ «нет». Учите ребенка открытым высказываниям, связной речи.

19. Если вам нужно ответить ребенку категоричным отказом, то лучше просто сказать твердое «**нет**» - но без крика и каких-либо осуждений, строгим и холодным тоном.

### **Пример фраз, которые ни в коем случае НЕЛЬЗЯ ГОВОРИТЬ РЕБЁНКУ:**

- «Будешь так себя вести, тебя заберет соседская собака/любой другой монстр» - так можно сформировать необоснованные страхи у ребёнка на всю жизнь;

- «А я догадался, откуда у тебя руки растут!» - этой фразой можно навредить самооценке дошкольника, которая только формируется;

- «Ну-ка не реви! Ты же мальчик!» - этой фразой Вы не успокоите ребёнка, а вызовете невозможность достижения эталона;

- «Да мы с отцом все для тебя... Всю жизнь посвятили, все деньги вбухали! Вот этими самыми мозолистыми руками!» - эта фраза лишь подарит Вашему ребёнку чувство вины;

- «Эх, я-то в твои годы! Побеждал на соревнованиях по метанию ведра. Вся школа меня боялась!» - ещё одно не достижение эталона. Так ребёнок будет чувствовать себя ни на что не способным без Вашей помощи;

- «Она еще и компот весь допила, не то, что ты!» - этой фразой также можно сформировать у ребёнка неадекватно низкую самооценку;

- «Все равно поедem на каникулы в тундру. И меня не волнует, что ты там хочешь» - после этой фразы ребёнок может решить, что он не важен для Вас;

- «Ну-ка крошки собрал! Вышел из-за стола!» - подобные фразы унижают ребёнка;

- «Что? Ты боишься спать один? Не выдумывай!» - эта фраза означает для ребёнка: «Родитель в упор не видит твоих проблем».