

# Учимся слушать ребенка

## рекомендации родителям

*В психологии есть такое понятие как активное слушание ребенка. Наверняка многие родители сталкивались с ситуацией, когда малыш что-то не хочет рассказывать или не доверяет нам. И как вести себя родителям в таком случае? Ведь это многих ставит в тупик.*

Родителям, часто кажется, что они умеют слушать своего ребенка. Но на самом деле услышать и понять другого человека не всегда легко. Зачастую родители перебивают малыша, торопятся дать совет, дают оценку поступку, не дослушав до конца. И именно это и приводит впоследствии к тому, что ребенок перестает доверять взрослым.

Поэтому и хотелось бы вспомнить о таком понятии как "активное слушание". Активно слушать – значит быть вовлеченным в разговор: уточнять, обобщать, пытаться встать на сторону ребенка, посмотреть на мир его глазами. Активное слушание – это, в первую очередь, настрой, установка на внимание. Родители должны принимать информацию, затем давать обратную связь, проговаривая сказанное ребенком и уточняя его переживания по поводу сложившейся ситуации.

Доверительная беседа начинается со зрительного контакта. Задача взрослого не начинать говорить с малышом из другой комнаты или стоя спиной к нему. Нужно находиться с ним на одном уровне – например, сидя за одним столом или присев рядом.

**Также очень важно при общении с ребенком соблюдать 2 правила:**



### ***1. Искренность.***

Ребенок всегда чувствует, действительно ли вам интересны его чувства или вы просто торопитесь поскорее «закрыть тему» и выкрулить ситуацию в нужное вам русло.

### ***2. Терпение.***

Не нужно ждать моментального эффекта от активного слушания. Результат вы почувствуете не сразу, возможно, через некоторое время. Но поверьте, вы не только начнете лучше понимать и чувствовать своего ребенка, но и ощутите обратную связь.

Также при общении с малышом нужно использовать еще несколько важных аспектов.

### ***Определение потребности***

постарайтесь найти истоки проблемы ребенка, возможно, если разобраться не получается, стоит обратиться к профессиональному психологу.

### ***Конструктивный подход***



Однажды вы можете заметить, что ребенок переживает из-за каких-то индивидуальных особенностей. Обнять и успокоить не всегда бывает достаточно. Предложите ребенку решение, бодрое и конкретное. Может в самом деле стоит поменять девочке прическу, если новая сделает ее более красивой?

#### *Добрые, ласковые фразы*

Не забывайте постоянно говорить ребенку, что он молодец, что вы гордитесь им, хвалите его. Говорите ему о своих чувствах и делайте на этом акцент.

### ***Объятия***

Как ни банально, но при установлении доверительных отношений нужно обнимать малыша по нескольку раз в день. Все детские психологи в один голос утверждают – нет ничего полезнее и важнее для будущей жизни, чем родительское тепло и ласковые объятия. Чувство уверенности и защищенности такой малыш пронесет через все детство во взрослую жизнь.

***Учитесь слушать и понимать своего малыша,  
тогда не будет и проблем в будущем.***