

**«Мой ребенок меня не
СЛЫШИТ»**

(Правила общения с ребенком)

Педагог –психолог:

Валюкевич Е.И

"Мой ребенок меня не СЛЫШИТ"

- **Правило 1. Обращаясь к ребенку, говорите меньше, а не больше.** В таком случае у вас повышается вероятность быть понятым и услышанным. Почему? А потому, что детям требуется больше времени на осмысление того, что они слышат, прежде чем что-то ответить (у них совсем иная скорость переработки информации, нежели у взрослых). Таким образом, если вы задаете своему чаду вопрос или просите о чем-нибудь, подождите, по крайней мере, пять секунд - ребенок воспримет больше информации и, вполне возможно, даст адекватный ответ. Постарайтесь говорить кратко и точно, избегайте длительных монологов. В этом возрасте ребенок становится восприимчивее, если знает, что не придется выслушивать целую лекцию. Например: "Убери, пожалуйста, в шкафу перед тем, как пойдешь гулять", "Сейчас тебе надо выучить физику" и т. д. Иногда достаточно одного слова-напоминания: "Уборка!", "Литература!".

- **Правило 2. Говорите доброжелательно, вежливо - как бы вы хотели, чтобы говорили с вами, - и... ТИХО.** Пониженный, приглушенный голос обычно застает человека врасплох, и ребенок обязательно остановится, чтобы послушать вас. Ведь недаром учителя так успешно используют этот прием, чтобы привлечь внимание разбушевавшегося класса.

- **Правило 3. Будьте внимательным слушателем, не отвлекайтесь на посторонние дела, когда ребенок вам что-то рассказывает. Слушайте его в два раза больше, чем говорите. Ваше взрослеющее дитя просто не сможет стать внимательным слушателем, если ему не у кого этому учиться. Убедитесь, что сами можете служить примером того, что требуете от своего ребенка (обращайте внимание на то, как вы выслушиваете мужа, друзей, родных и, конечно же, самого ребенка).**

- **Правило 4.** Если вы очень сильно раздражены, разговор начинать не стоит. Ваше раздражение, агрессия моментально передадутся вашему ребенку, и он вас уже не услышит. Это связано с тем, что одной из психологических особенностей данного возраста является **эмоциональная нестабильность**, в большей мере обусловленная **гормональными изменениями**, происходящими в организме ребенка.

- **Правило 5. Прежде чем что-то сказать, установите зрительный контакт с ребенком.**

Сначала убедитесь, что он смотрит на вас, а не в сторону (если нет, то попросите посмотреть на вас - этот прием работает и со взрослыми, например с мужьями). Когда вы смотрите друг другу в глаза - ребенок в вашем распоряжении, можно формулировать свою просьбу или вопрос. Если делать так все время, когда вам нужно внимание ребенка, это приучит его слушать вас.

- **Правило 6.** Нередко подросткам бывает сложно с ходу переключить свое внимание на ваш вопрос, особенно если они заняты тем, что им очень нравится. Мало того, ребенок и вправду может вас не слышать (такова особенность внимания в данном возрасте). В таком случае **делайте предупреждения** - установите временное ограничение: "Я хочу с тобой поговорить через минуту, пожалуйста, отвлекись" или "Мне понадобится твоя помощь через две минуты". При этом установленный временной интервал не должен превышать пяти минут, иначе подросток просто забудет.