

Интерес родителей к жизни ребенка – залог успешной коммуникации в социуме.

Когда на консультации родителям задаётся вопрос, интересуетесь ли вы жизнью ребёнка, часто слышу ответы: «Да из него всё приходится клещами вытаскивать!», «Он/она ничего не рассказывает!», «Чего у него спрашивать? Ответ один – «нормально»».

Многие родители думают, что это только у них такой скрытный и молчаливый ребёнок. Но на самом деле, если в семье взрослые не делятся своими новостями и переживаниями, как ребёнок научится рассказывать о себе и о своем дне?

Детство – это период, когда закладывается фундамент личности, когда хочется быть любимым, нужным и значимым. Если базовые потребности не удовлетворяются, ребёнок действует деструктивно. Меня не слушают, я не буду слушать другого. Мои желания игнорируются, я не буду уважать мнение другого человека. Это ведёт к конфликтам, к тяжелым чувствам. А когда мне больно, обидно или есть злость, но не можешь их конструктивно прожить, выразить, рассказать кому-то, то либо замыкаешься в себе, либо агрессивнешь.

Поведение детей – «зеркало» родителя!

Поэтому, важно начать с себя! Будьте положительным примером – начните сами рассказывать, как прошёл ваш день. Чем вы занимались, что ели на обед, с кем виделись, о чем переживали. Вы можете опустить ненужные подробности, которые ребёнок может не понять в силу возраста, но обязательно расскажите, какие эмоции вы испытывали в течение дня. Обязательно опишите, что вам помогало разрешить конфликтную ситуацию, как вы справлялись со стрессом и как чувствуете себя сейчас?

Так, опираясь на ваш опыт, ребёнок будет не только учиться говорить о себе, но и получит ваше внимание, возьмёт на заметку полезные советы.

Также построить близкие отношения, развить навыки конструктивного общения помогают глубокие и детальные вопросы:

1. С чего начался твой день?
2. Всё ли сегодня прошло, как ты ожидал?
3. Что сегодня обсуждали с друзьями?
4. Чем занимались на переменах?
5. Как прошла алгебра (любой предмет по расписанию)?
6. Что вас с одноклассниками рассмешило?
7. Что сегодня у тебя получилось, а что не получилось?
8. Были ли сегодня какие-то конфликты?
9. Были ли сегодня приятные сюрпризы? Что-то неожиданное?
10. Помог ли ты сегодня кому-нибудь? В чем и кому?