Подготовила Ханило Ирина Васильевна

**Как научить ребёнка жить в мире людей**

Время идет, дети растут, появляются новые достижения, новые радости

и, к сожалению, новые проблемы! И сегодня мы попробуем проанализировать и обсудить с родителями проблемы, возникающие у детей при общении со сверстниками и взрослыми. Все мы постоянно общаемся – на работе, на улице; с близкими людьми и совсем незнакомыми. Значение взаимоотношений с окружающими невозможно переоценить: оно необходимо и для устройства личной и будущей семейной жизни.

Цитаты о важности умения общаться в жизни человека.

• «Приветливость—это золотой ключ, который открывает железные замки людских сердец». (Восточная мудрость)

• «Относись к другим так, как тебе хотелось бы, чтобы они относились к тебе – вот самый верный способ нравиться людям, какой я только знаю». (Ф. Честерфильд)

Ребенку, только вступающему в мир человеческих взаимоотношений,

порою бывает трудно построить отношения со сверстниками и взрослыми так, чтобы получить желаемое и не обидеть собеседника. Естественно, все без исключения родители хотят видеть своих детей умеющими общаться с людьми. У ребят же не всегда это получается, и задача взрослых помочь им. Складывается впечатление, что большинство подростков в наши дни демонстрируют избирательность слуха. Конечно, они слышат музыку, друзей и даже самые неразборчивые тексты песен, но когда дело доходит до реагирования на просьбы родителей — совсем другая история. Значит, надо попытаться достучаться до него.

Шаг 1. Самый простой способ обратить на себя внимание ребенка — говорить не больше, а меньше. Как ни странно, в таком случае у вас повышается вероятность быть понятым и услышанным. Детям надо больше времени обдумать то, что они слышат, прежде чем что-то сказать. Так что если вы задаете своей дочке (сыну) вопрос или просите о чем-нибудь, подождите, по крайней мере, три секунды — ребенок воспримет больше информации и, вполне возможно, даст нормальный ответ.

Шаг 2. Будьте сами внимательным слушателем. Ваше взрослеющее дитя просто не сможет стать внимательным слушателем, если ему не будет у кого этому учиться. Убедитесь, что сами можете служить примером того, что требуете от дочки (сына). Покажите, что вы выслушиваете мужа, друзей, родных и, конечно же, самого ребенка. Слушайте дочку (сына) в два раза больше, чем говорите.

Шаг 3. Говорите вежливо и… тихо. Быстрее всего вы заставите подростка не обращать на вас внимание, если в голосе явно будут звучать критика, приказы, нотации, осуждение, крик и мольба. Просто говорите с ним вежливо — как вы хотели бы, чтобы говорили с вами. А еще вместо того чтобы повышать голос, понизьте его — говорите мягче и тише. Обычно это застает врасплох, и дочь (сын) остановятся, чтобы послушать. Ведь недаром учителя так успешно используют этот прием.

Шаг 4. Обратите на себя внимание перед тем, как что-то сказать. Сначала убедитесь, что дочка (сын) смотрит на вас (попросите посмотреть на вас). 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 дочери (сына), это приучит ее (его) слушать вас.

Шаг 5. Иногда подросткам (да и не только) действительно сложно с ходу

переключиться, особенно если они заняты тем, что им очень нравится. Мало

того, ребенок и вправду может не слышать вас. Тогда делайте предупреждения — установите временное ограничение: "Мне понадобится твоя помощь через две минуты" или "Я хочу с тобой поговорить через минуту, пожалуйста, отвлекись". (Но больше чем на пять минут оттягивать не стоит — снова забудет.)

Шаг 6. Постарайтесь говорить кратко, мягко и точно. В этом возрасте дочка (сын) становится восприимчивее, если знает, что не придется выслушивать целую лекцию. Поэтому пусть ваши просьбы будут краткими и по делу: "Убери, пожалуйста, в шкафу перед тем, как пойдешь гулять", "Сейчас тебе надо выучить математику" и т. д. Часто помогает предельная краткость — иногда достаточно одного слова-напоминания: "Уборка!", "Математика!".

Шаг 7. В первую очередь, говорите с ним на равных, не сюсюкайте и не подавляйте — дайте ему почувствовать свою важность, значимость, чтобы он не искал другие способы для получения этого ощущения. Советуйтесь с ним почаще в разных семейных вопросах — не исключено, что он предложит какое-нибудь свежее решение, да и грубить в такой ситуации нет никакой надобности, более того, грубость здесь будет выглядеть по-детски.

Шаг 8. Когда ваш ребенок грубит, сразу же укажите ему на это, чтобы он всегда знал, что перешел черту. Главное, чтобы ваши замечания были направлены на его поведение, а не на саму личность ребенка. Например: "Когда я говорю с тобой, ты закатываешь глаза (ухмыляешься). Это проявление неуважения. Не надо так больше делать", "Говорить мне "отстань", когда я с тобой разговариваю, недопустимо. Постарайся сделать так, чтобы я больше не повторяла".

Шаг 9. Не стесняйтесь разъяснить ему, как правильно. Не думайте, что ребенок сам знает, как надо правильно себя вести. Только постарайтесь сделать это не в виде нравоучения, а во время дружеской беседы, еще лучше — на собственном примере. Обратите внимание, как вы, взрослые, общаетесь между собой в семье. Может, все дело как раз в этом? Недаром говорят, что сколько бы мы ни учили своих детей хорошим манерам, они все равно будут вести себя, как их родители. Попробуйте проводить урок хороших манер во время обеда: непринужденно поговорите все вместе на любую выбранную тему — вежливо.

Шаг 10. Никогда не вступайте в пререкания. Не надо демонстративно вздыхать, пожимать плечами, показывать, что вы рассержены. Как не надо и уговаривать, увещевать, ругаться — такая тактика никогда не срабатывает, а только усугубляет подобное поведение. Как показывают исследования, дети-подростки перестают грубить, дерзить, когда видят, что это… неэффективно для привлечения вашего внимания. Так что держитесь нейтрально, не отвечайте. Например, смотрите отстраненно на что-нибудь, а если не помогает, закройтесь в другой комнате. Просто откажитесь продолжать разговор, пока сын (дочь) грубит, и делайте так ВСЕГДА.

Шаг 11. Важный момент: старайтесь поправлять ребенка, если он неправильно и грубо себя ведет, с глазу на глаз, а не в присутствии других взрослых или подростков. Иначе можете нарваться на еще большую грубость — помните, что ваш ребенок уже не маленький и болезненно воспринимает любую критику в свой адрес, тем более на людях!

Шаг 12. Поощряйте уважительное, правильное поведение как можно чаще — это самый простой способ добиться желаемого. А ведь согласно исследованиям, родители подростков в большинстве случаев поступают как раз наоборот: вместо того чтобы обращать внимание на хорошее, постоянно указывают на плохое. И потому как только вы увидите или услышите, что ваш "грубиян" проявляет вежливость или уважение, обязательно похвалите его, оцените его старания, даже если не совсем получилось, но вы видите, что он старался. Посмотрите, как ему это понравится!

Шаг 13. Посмотрите на проблему с другой стороны. Часто дети бывают настолько захвачены ощущением, что с ними обходятся несправедливо, что даже и не думают о том, что могут чувствовать другие. Поэтому почаще говорите: "А теперь посмотри на ситуацию с другой стороны. Что, по-твоему, чувствует твоя подруга\друг?"

Шаг 14. Предполагайте честность и требуйте правдивости. Постоянно объясняйте свое отношение к честности: "Все в нашей семье должны быть честными друг с другом". Но перед этим подумайте, какой пример честности подаете вы. Используете ли вы сами "невинную" ложь? Просили, чтобы ваш ребенок ответил по телефону, что вас нет дома, когда вы есть?

Но самый главный совет в любых ситуациях, связанных с детьми состоит в том, чтобы помнить — это только дети, которые еще многого не умеют, и что основные методы воспитания просты и известны всем — это любовь,

терпение и собственный пример.