**УРОКИ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ. Советы для родителей.**

Потребность в принадлежности. Четыре объятия в день. Что такое «активное слушание» и когда надо слушать ребенка? Примеры.  
**Правила активного слушания.**  
В последние десятилетия психологи сделали ряд замечательных открытий. Одно из них — о значении стиля общения с ребенком для развития его личности.  
Теперь уже стало бесспорной истиной, что общение так же необходимо ребенку, как и пища. Малыш, который получает полноценное питание и хороший медицинский уход, но лишен постоянных контактов со взрослым, плохо развивается не только психически, но и физически: он не растет, худеет, теряет интерес к жизни."Проблемные», «трудные», «непослушные» и «невозможные» дети, так же, как дети «с комплексами», «забитые» или «несчастные» — всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье.  
Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности , то есть нужности другому, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах:  
«Как хорошо, что ты у нас родился»,  
«Я рада тебя видеть»,   
«Ты мне нравишься»,  
«Я люблю,  
когда ты дома»,  
«Мне хорошо, когда мы вместе...».  
Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! И, между  
прочим, не только ребенку, но и взрослому.  
Причины трудностей ребенка часто бывают спрятаны в сфере его чувств. Тогда практическими действиями — показать, научить, направить — ему не поможешь. В таких случаях лучше всего... его послушать . Правда, иначе, чем мы привыкли. Психологи нашли и очень подробно описали способ «помогающего слушания», иначе его называют «активным слушанием".  
Активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.  
**Например:**  
СЫН: Он отнял мою машинку!  
МАМА:Ты очень огорчен и рассержен на него.  
ДОЧЬ: Не буду я носить эту уродскую шапку!  
МАМА:Тебе она очень не нравится.  
Гораздо легче и привычнее было бы сказать:  
— Ну ничего, поиграет и отдаст...  
— Перестань капризничать, вполне приличная шапка!  
Правила "активного слушания"   
  
**Во-первых**, если вы хотите послушать ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом. Очень важно также, чтобы его и ваши глаза находились на одном уровне .  
Избегайте общаться с ребенком, находясь в другой комнате, повернувшись лицом к плите или к раковине с посудой; смотря телевизор и т д. Ваше положение по отношению к нему и ваша поза — первые и  
самые сильные сигналы о том, насколько вы готовы его слушать и услышать.  
  
**Во-вторых**, если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.  
**Например:**  
СЫН (с мрачным видом): Не буду больше водиться с Петей!  
РОДИТЕЛЬ: Ты на него обиделся.  
Возможные неправильные реплики:  
— А что случилось?  
— Ты что, на него обиделся?  
  
**В-третьих,** очень важно в беседе «держать паузу». Пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом.  
Если его глаза смотрят не на вас, а в сторону, «внутрь» или вдаль, то продолжайте молчать: в нем происходит сейчас очень важная и нужная внутренняя работа.  
  
**В-четвертых**, в вашем ответе также иногда полезно повторить, что, как вы поняли,  
случилось с ребенком, а потом обозначить его чувство .  
Например:  
СЫН (с мрачным видом): Не буду больше водиться с Петей!  
ОТЕЦ: Не хочешь с ним больше дружить. (Повторение услышанного).  
СЫН: Да, не хочу...  
ОТЕЦ (после паузы): Ты на него обиделся... (Обозначение чувства )  
Беседа по способу активного слушания очень непривычна для нашей культуры, и ею овладеть непросто. Однако этот способ быстро завоюет ваши симпатии, как только вы увидите результаты, которые он дает.   
  
Желаю всем успехов в построении доброжелательных отношений с ребенком!