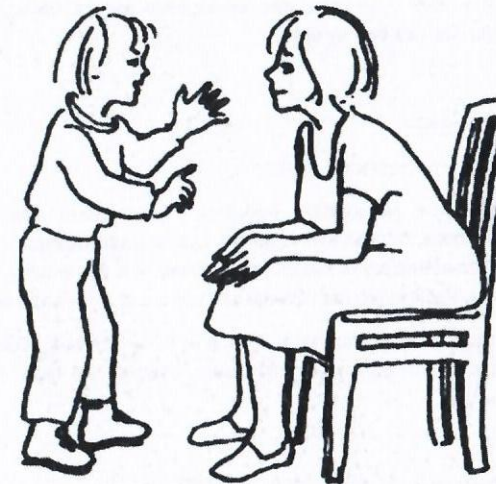




Центр помощи детям "Аустёнок"

Муниципальное бюджетное учреждение города Челябинска "Центр помощи
детям, оставшимся без попечения родителей "Аустёнок"



КАК СЛУШАТЬ РЕБЕНКА

Памятка для родителей

Челябинск, 2023

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**. Способ такого «помогающего слушания» иначе называют «**активным слушанием**».

Во всех случаях, когда ребенок расстроен, обижен, потерпел неудачу, когда ему больно, стыдно, страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо и даже когда он очень устал, первое, что нужно сделать – это дать ему понять, что вы знаете о его переживании (или состоянии), «слышите» его.

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.*

Во-первых, если вы хотите послушать ребенка, обязательно **повернитесь к нему лицом**. Очень важно также, чтобы **его и ваши глаза находились на одном уровне**. Помните, что ваше положение по отношению к ребенку 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 играть с Петей.*

Родитель: *Ты на него обиделся.*

Возможные неправильные реплики:

- *А что случилось?*

- *Ты что, на него обиделся?*

Почему первая фраза более удачна? Потому что она показывает, что родитель настроился на «эмоциональную волну» сына, во втором же случае ребенок может подумать, что родитель вовсе не с ним, а как внешний участник интересуется только «фактами», выпрашивает о них. На самом деле это может быть не так и родитель сочувствует сыну, но дело в том, что фраза, оформленная как вопрос, **не отражает сочувствия**.

В-третьих, очень важно в беседе **«держаться паузу»**. После каждой вашей реплики лучше всего помолчать. Помните, что это время принадлежит ребенку, не забивайте его своими соображениями и замечаниями.

В-четвертых, в вашем ответе также иногда полезно повторять, что, как вы поняли, случилось с ребенком, а потом **обозначить его чувство**.

Пример:

Сын (с мрачным видом): *Не буду больше играть с Петей.*

Отец: *Не хочешь с ним больше дружить?*

(повторение услышанного)

Сын: *Да, не хочу.*

Родитель (после **паузы**): *Ты на него обиделся.*

(обозначение чувства)

Чтобы ребенок не воспринял повторение как передразнивание, старайтесь использовать другие слова с тем же смыслом.

Беседа по способу активного слушания непривычна для нашей культуры, и овладеть ею непросто. Однако, обучаясь этому способу, родители отмечают, по крайней мере, три положительных результата:

1. Исчезает или, по крайней мере, ослабевает отрицательное переживание ребенка.
2. Ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает рассказывать о себе больше: тема повествования (жалобы) меняется, развивается.
3. Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.

Помните! Активное слушание – это не способ добиться от ребенка того, что вы хотите. Активное слушание – это путь установления **лучшего контакта** с ребенком, способ показать, что вы **безусловно его принимаете** со всеми его отказами, бедами, переживаниями.