



Учимся говорить со
своими детьми



- Ты можешь!

Напоминайте об этом ребенку, когда он сомневается в своих силах. Неудача - это только сигнал о том, что малыш добьется желаемого результата, если приложит чуть больше усилий, потренируется. Скажите детям, что вы знаете, что они могут. И обязательно откройте секрет: многое из того, что вы сейчас сами делаете с легкостью, когда-то потребовало от вас столько стараний.

- Всегда!

Не удивительно, что там, где дети, всегда шумно и беспокойно! Случаются истерики, убираются подальше сладости, отменяются развлечения. Но некоторые вещи остаются неприкосновенными. И наша любовь к детям - в их числе. Очень важно сказать им об этом. Особенно в те дни, когда-то что-то пошло не так, чувства измотаны, а силы на исходе. Это часть вечернего ритуала перед сном. Обнимите ребенка и скажите ему: «Мама тебя очень любит и всегда будет любить, что бы ни произошло». Детям очень важно знать и слышать, что наша любовь к ним безоговорочна и безусловна. Постоянна. Нестираема. Всегда!

- Смейтесь.

Многие вещи, которые нас как родителей раздражают, скорее всего, не были бы такими, если бы мы просто могли посмеяться над ними. Хороший хохот - замечательная кнопка сброса, если хотите, выключатель.



- Шепот

Крик - проявление собственной слабости. Но дети, особенно маленькие, реагируют на интонацию больше, чем на содержание речи. Единственное лекарство, которое действует эффективнее, чем вопли - это когда вы наклоняетесь к уху вашего ребенка, установив перед этим зрительный контакт, и начинаете говорить - очень тихо. Это требует от родителей высокого самообладания. Зато дает поразительные результаты.

- Может быть

Потому что сказать традиционное «нет» - как будто снять малыша с предохранителя. Запрет «в лоб» может спровоцировать истерику, особенно, если ребенок, который слышит «нет», голоден или просто устал. В качестве альтернативы следует использовать «может быть» - по крайней мере, это честно. Это лучше, чем подливать масло в огонь с помощью бесконечных «НЕТов». Если дети спрашивают: «А мы пойдем сейчас на улицу?», спокойно сообщайте: «Может быть». И добавляйте: «Если уберете все игрушки на полки и быстро оденетесь». Это помогает мотивировать детей вести себя соответствующим образом. И дальше все просто: убрали игрушки, оделись - пошли на улицу, не убрали - не пошли. Важно, чтобы взрослые сами выполняли собственные обещания. Слова «Посмотрим» и «чуть попозже» действуют так же эффективно.

A decorative border surrounds the page, featuring a variety of colorful flowers like sunflowers, daisies, and tulips, along with green leaves and a yellow gift box with a pink ribbon. The border is framed by a yellow rope-like pattern.

• Прости

Взрослые тоже ошибаются. Что поделаться? Мы готовы принести свои извинения родственникам, друзьям, коллегам по работе. И наши дети нуждаются в вежливости не меньше взрослых. Это моделирует уважительное отношение к окружающим. Детям очень нужно видеть именно такое общение - хороший образец задает формат поведения в будущем, а еще помогает понять, что никто в этом мире не идеален, что, в общем-то, правда.

• Глазки

Мы все слушаем более внимательно, глядя в глаза собеседнику. Когда вы хотите быть уверенными в том, что дети вас действительно слушают и слышат, спросите: «Где глазки?» Подсказка: произносить это нужно совершенно спокойно, лучше ласково, с улыбкой или нейтрально, иначе дети просто не захотят на вас смотреть. Кому же захочется встретиться взглядом со злым и вопящим человеком? А как только детские глаза прикованы к вам, вы владеете детским вниманием.

• Учимся

Если наш ребенок совершает ошибку, на помощь приходит фраза «Это нормально, ничего страшного - мы все учимся!» Она же пригодится для защиты от косых взглядов, от людей, которые осуждающее смотрят на нас вместе с ребенком. В конце концов, мы все учимся, включая и тех, кто сверлит нас взглядом.