

Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили

Как помочь ребенку справиться со своими чувствами?



*Например, может быть
два варианта исхода одной
ситуации*

1. **Выслушайте внимательно** ребенка.
2. **Разделите его чувства** (с помощью слов «да...», «хм...», «понятно»).
3. **Назовите его чувства**
4. **Покажите, что вам понятны желания** ребенка, подарите ему желаемое в фантазии.

1 вариант	2 вариант
Ребенок: Я хочу апельсиновый сок! Мама: Он закончился, мой хороший.	Ребенок: Я хочу апельсиновый сок! Мама: Его нет, я бы хотела, чтобы у нас дома всегда оставался сок для тебя.
Ребенок: Хочу, хочу! Мама: Я только что тебе сказала – сок закончился.	Ребенок: Я хочу его. Мама: Я слышу как сильно ты его хочешь.
Мама: Возьми лучше яблочный сок. Ребенок: Нет!	Ребенок: Я бы хотел, чтобы сок сейчас был у меня. Мама: Я бы хотела стать волшебником и заколдовать тебе большой стакан апельсинового сока.
Ребенок плачет, возможна истерика. Мама: Ты сейчас ведешь себя как младенец.	Ребенок: Может у нас есть яблочный сок? Мама: Да.

Бывают ситуации, когда сложно уложить ребенка спать.

1 вариант	2 вариант
Ребенок: Давай посмотрим мультик. Мама: Пора спать, малыш.	Ребенок: Давай посмотрим мультик. Мама: Я понимаю, что ты хочешь посмотреть мультик, но пора спать.
Ребенок: Но я хочу смотреть мультик! Мама: Уже поздно, ложись спать!	Ребенок: Я хочу мультик. Мама: Мультик смотреть интересно.
Ребенок: Нет! Хочу мультик! Мультик! Мама: Ты почему не слушаешься? Ну-ка спать!	Ребенок: Давай включим? И будем смотреть. Мама: Давай сами придумаем мультик вместе, а ты посмотришь его во сне.
Ребенок: Не хо-о-очу спа-а-ать! Мама: Ложись спать, я сказала. Настроение испорчено у всех.	Ребенок (укладывается в кровать): давай придумаем про зайчика и медвежонка. Мама: Давай. Придумав с мамой небольшую историю, ребенок засыпает

Пусть не всегда будет «работать» данный метод, но постепенно вы заметите, как стало проще договориться с ребенком.

*Всегда становится легче от того, что кто-то **понял** твои желания.*

