

## **Как говорить, чтобы дети вас слышали. (Как правильно делать замечания детям)**

Как часто Вы говорите своему ребенку: не бегай! не кричи! не плачь! не разговаривай за столом!? Если часто, а дети не откликаются на Ваши слова, - эта информация для вас. Давайте учиться говорить так, чтобы дети Вас слышали.

Д. Карнеги говорил: *Для того чтобы жить среди людей и добиваться от них того, что вам надо, нужно уметь общаться с ними.* Кому понравится, когда делают замечания? Никому! Большинство детей пропускают замечания мимо ушей, не обращают на них внимания.

### **Первое правило – превращаем замечание в просьбу. Отказываемся от частицы «НЕ»**

Замечания, которые начинаются с частицы «Не» малоэффективны, требуют от ребёнка двойного осмысления. Вначале он должен понять: «Что мама хочет, чтобы я НЕ ДЕЛАЛ и только затем ребёнок должен додумать сам «Что она хочет, чтобы я ДЕЛАЛ». Это может быть довольно сложно и запутанно, особенно для маленьких детей. Гораздо проще для ребёнка, если он слышит от взрослого сразу же прямую просьбу о том, что ему следует делать.

Поэтому вместо того, чтобы говорить детям, что им делать нельзя, говорите, что им делать можно. Давайте разберем несколько примеров:

| <b>Неудачные замечания<br/>ребенку</b> | <b>Правильно сформулированные<br/>замечания</b>           |
|--|---|
| — <i>Не кричи</i>                      | — Говори тише   |
| — <i>Не бегай</i>                      | — Пожалуйста, ходи по дому<br>спокойно                    |
| — <i>Не разговаривай за<br/>столом</i> | — Держи рот закрытым, когда жуёшь                         |
| — <i>Не разбрасывай<br/>игрушки</i>    | — Сложи свои игрушки в коробку                            |
| — <i>Не ври</i>                        | — Говори правду (Расскажи мне, как<br>было на самом деле) |
| — <i>Не плачь!</i>                     | — Давай подумаем, что тут можно<br>сделать                |

В этих примерах ребёнок чётко и ясно слышит, что ему нужно делать, что вы от него хотите. Ему проще следовать именно таким фразам, чем фразам, описывающим, что ему делать не нужно.

Я не призываю вас совершенно отказаться от фраз, которые начинаются с частицы «Не» во время вашего общения с ребёнком. Просто постарайтесь сделать так, чтобы фраз со смыслом «Делай вот так и так» было значительно больше, чем фраз «Не делай вот так».

Давайте выполним одно упражнение. Следуйте моим просьбам и выполняйте как можно быстрее: «Не вставай», «Не садись», «Не смотри направо», «Не смотри налево», «Не держи руки внизу», «Не смотри вперед» и т.д.

Согласитесь, что выполнять такие команды довольно сложно и Вы немного расстерялись? Каждый раз нужно напрягаться и соображать: «Что мне сейчас нужно делать?»

А теперь послушайте другие просьбы и почувствуйте разницу: «Садись», «Вставай», «Посмотри направо», «Посмотри налево», «Подними руки вверх», «Посмотри в сторону». Согласитесь, что следовать таким простым и понятным просьбам намного легче. Согласны?

Это упражнение наглядно иллюстрирует, как тяжело ребёнку осознавать и выполнять команды, которые начинаются с частицы «не».

### **Второе правило – используем прием «СЭНДВИЧА»**

Общий принцип правила сэндвича формулируется последовательностью знаков «+, —, +». Вот вам и сэндвич: две положительные булочки и одна отрицательная котлета. Смысл заключается в том, что когда вам нужно сделать ребенку замечание, не забывайте, что перед и после него необходимо разместить какие-то плюсы, сказать что-то доброе ребенку, похвалить.

Например, Ваш ребенок увлекся рисованием и разрисовал стол, стены или испачкал пол. Ругать? Это стресс для ребенка, вы можете навсегда отбить у него желание рисовать. Сказать, чтобы не пачкал?

Как правильно реагировать в таких случаях?

1. «+» Сначала признать заслугу ребенка: похвалить за рисунки! (молодец, как красиво, из тебя вырастет настоящий художник!)

2. «-» Корректно даете понять ребенку, как сделать правильно, (аккуратно, чисто) чтобы в следующий раз всем было хорошо (стол, стены остались чистыми). Например: «В следующий раз давай рисовать на бумаге!» При этом можно высказывать свои чувства, но только через «Я-высказывания». «Я в шоке! Стол испачкан, краска на полу! Мне это не нравится! Что же нам делать?» Ребенок сам найдет решение, или вы предложите вместе решить сложившуюся проблему (..вместе очистить стол)

3. «+» Сказать что-то хорошее: «Какие мы молодцы! Ты такой хороший помощник! Ты такой находчивый! Мы дружная команда!»

Итак, еще раз правило сэндвича:

«+» похвала      «-» замечание, просьба      «+» что то хорошее

Попробуйте использовать эти два правила. Конечно, на первых порах вам потребуется следить за тем, что вы говорите. Но результаты не заставят себя ждать. Вы увидите, насколько вашим детям легче будет понимать и выполнять ваши просьбы. Вы очень скоро убедитесь в том, что это очень эффективный прием общения с детьми.

**Учитесь слушать детей, чаще им улыбайтесь!  
Желаю вам продуктивного общения!**