

1. ТИХО! УМЕЙТЕ СЛУШАТЬ

Ситуация: он жалуется. «Наша математичка плохая и несправедливая! Она поставила мне двойку, потому что я просто забыл тетрадь».

Обычная реакция: в ответ на взволнованные слова ребенка мы склонны или приуменьшить значение проблемы («Ладно, это не так важно»), или обвинить его («Ничего удивительного, ты вечно все забываешь!»), или оборвать запретом («Не говори так об учителе!»). Или же, стараясь помочь, мы начинаем комментировать, даем советы и указания. Но они убивают в нем желание выражать свои чувства. Бесплезно объяснять ребенку, что вы бы справились с ситуацией лучше него. Да и потом, уверены ли вы, что правильно поняли суть проблемы? За жалобой «Мне не нравится эта учительница» может скрываться «Я не справляюсь» или «Меня обидел товарищ».

Ваша цель: усилить вашу связь с ребенком и научить его противостоять трудностям.

Слушать его – значит уделять ему внимание, уважать его чувства и способности. А проблему пусть он решает сам. Все, что ему нужно, – немного вашего времени, чтобы поделиться своими эмоциями и подумать над ситуацией. Часто достаточно молча его выслушать. Иногда прямой вопрос «Что случилось?» помогает ребенку выразить

свои чувства и выработать позицию. Не страшно, если сначала он ответит: «Не знаю». Он и не может знать, пока спокойно не подумал.

Новая установка: он затевает разговор? Тсс! Сейчас не время говорить – смотрите на него и слушайте. Приободренный вашим доверием, он почувствует в себе силы. И будет вам благодарен.



ПОДСКАЗКА Чтобы показать, как внимательно вы слушаете, вы можете вставлять восклицания («Ого!», «Да?», «Ну и ну!»), но не стоит задавать вопросы или комментировать. Даже если он сам просит совета, разумнее воздержаться. Лучше совместно решать проблему (см. с. 24).