

Умеете ли да изслушвате своите деца?

Умеете ли да се вслушвате в това, което Ви говори вашето дете? Изслушвате ли го или просто не ви остава време?

Учениците често споделят, че родителите не ги разбират. От своя страна родителите също се оплакват, че им е трудно да разбират децата си. Най-напред родителите трябва да се научат да изслушват своите деца. А това ще стане, ако ще придобием уменията ВНИМАТЕЛНО да МЪЛЧИМ. Да МЪЛЧИМ - така че да бъде чути този, който говори и да не забравяме, че той най-малко от всичко се нуждае от нашите забележки. ВНИМАТЕЛНО - иначе човекът би се обидил. Но до колко лесно изпълнимо е това, когато се отнася до нашите деца?

Предлагаме Ви няколко съвета :

1. Най-напред колкото може по-малко да говорим. Нашите думи в най-добрия случай няма да бъдат чути от детето.

2. Когато детето ни споделя нещо с нас трябва да сме като гъба - само да попиваме това, което ни се казва, без коментари и забележки. Но пълноценното общуване е невъзможно без осъществяване на обратна връзка. Това означава непрекъснато да даваме знак, че слушаме, а не витаем в облаците на собствените си мисли. В случая добра работа

ще свършат кратки реплики - "Да..." , "Разбирам те..." и т.н., както и просто кимането с глава или лека промяна в изражението на лицето. При общуване с детето си можете да

използвате така наречената "сандвич техника". Този теоретичен термин означава, че при

общуването да се придържаме към формулата: филия, пълнеж, втора филия.

Първата филия е положително изказване - казваме на хората, че оценяваме онова, което

правят и ги харесваме. След това между двете филии слагаме негативното - онова, което не харесваме и желаем да се усъвършенства. След което завършваме с твърдение, изразяващо увереност, че нещата ще се променят. Следователно при тази техника се редуват положително-негативно-положително. Вместо "сандвич техниката" при общуването с децата може да се приложи и така наречената СФД техника - съпричастност, факти, действие. Например, искаме детето да ни помогне да свършим определена работа, но разбираме, че то няма нито желание, нито интерес да го прави. В този случай бихме могли да използваме СФД - техниката. Най-напред можем да демонстрираме съпричастност: "Разбирам колко много си зает." Така детето ще почувства, че не подценяваме работата му, напротив, осъзнаваме положението, в

което се намира. След това трябва да приведем факти - "След 1 час имам важна среща." Когато и това направим,

можем да отправим призив към действие: "Налага се преди това да свърша тази работа, в което много разчитам на помощта ти." В тази ситуация можем да бъдем внимателни, уверени, директни и ясни.

Опитайте да използвате нашите съвети и ще се убедите, че може да се постигне разбирателство и одобрение в общуването с децата.