

Семинар для родителей:

«Приемы эффективного общения»

Информацию подготовила:

Педагог-психолог МБДОУ «Ладушки»

Шаляпина Арина Владимировна

ТЕХНИКА "Я- СООБЩЕНИЕ"



«Главная мысль при общении: ребенок - равный нам человек. Так просто. Но признание этого переворачивает душу взрослого и дает счастье детям» (С. Соловейчик).

Довольно часто дети своим поведением вызывают отрицательные переживания у родителей . И вот здесь мы, как правило, начинаем реагировать на них знакомыми способами: кричать, подвергать критике, наказывать, и так далее.

Но почему-то поведение детей от этого не улучшается, а даже наоборот - ухудшается. Почему? Любое сильное давление воспринимается ребенком как принуждение и вызывает «эффект бумеранга» противодействие. Что же делать?

Психологи рекомендуют “немного” изменить конструкцию своего сообщения ребенку. Как именно?

Для этого нужно “использовать “Я-сообщение”.

Давайте вспомним, ведь почти все “сообщения”, которые взрослые “посылают” ребенку, включают в себя слово “ТЫ”: “ТЫ не должен этого делать”, “Ты ничего не умеешь...”, и подобные им. В данном случае “ТЫ” обижает и принуждает ребенка чувствовать себя несчастливым.

Другое дело “Я - сообщение”. Оно показывает, какие чувства у вас вызовет поведение ребенка. Например: “Мне не нравится, если игрушки разбросаны”.

На первый взгляд разница между “Я” и “Ты-сообщениями” незначительная. Больше того, “ТЫ” нам более обычно и удобно. Однако в ответ на “ТЫ ...” ребенок оскорбляется, оградается. Поэтому таких сообщений надо избегать.

Любое “Ты-сообщение”, в сущности, содержит в себе обвинение или критику ребенка. В то время как “Я - сообщение” оказывается более эффективным потому, что оно реализует доверие и уважение, давая ребенку сохранить доброе самочувствие. Больше того, оно уменьшает противоречие между взрослыми и ребенком. “Я-сообщение” имеет ряд преимуществ сравнительно с “ТЫ...”

«АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ» (Т.ГОРДОН)

Это коммуникация с предоставлением ребенку обратной связи, о его чувствах, переживаниях, эмоциональных состояниях.

Функции активного слушания:

- ✗ Объектирование в речи чувств и переживаний ребенка
- ✗ Коммуникативное выражение позиции принятия

Компоненты активного слушания:

- ✗ Невербальный – позиция лицом к лицу, визуальный контакт глаз, заинтересованность во взгляде, улыбка.
- ✗ Вербальный – включает повторение высказывания ребенка и описание его чувств.

Пример: ребенок плачет

Саша отнял мой грузовик

Родитель:

-Тебе действительно неприятно, когда он это делает.

Значение активного слушания: *прежде всего исчезает или ослабевает негативное переживание ребенка, разделенное горе уменьшается, а радость увеличивается, ребенок, убедившись что его слушают, начинает рассказывать о себе больше. Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.*

ТЕХНИКА «ЭФФЕКТИВНОЙ ПОХВАЛЫ»

При неумелом использовании похвала может стать причиной нарушений и отклонений в личностном развитии ребенка. Это ни в коем случае не означает, что родители должны отказаться от похвалы. Напротив, похвала необходима для гармоничного личностного развития ребенка. Однако эффективная похвала должна отвечать ряду требований.

Прежде всего, похвала не должна быть оценочной, т.е. не должна содержать прямых оценок личности.

Оценочная похвала в воспитании ребенка не просто бесполезна, но и вредна. Причины негативного эффекта оценочной похвалы в том, что она, во-первых, подчеркивает отношения зависимости — подчинения между взрослым и ребёнком, ибо тот, кто хвалит, присваивает себе право оценивать ребенка — особый статус во взаимоотношениях, ставит ребенка и его эмоциональное благополучие в зависимость от своего мнения.

Во-вторых, оценочная похвала вызывает у ребенка тревогу и страх потерять расположение взрослого, подвергнуться наказаниям и санкциям за проступок, вызывает настороженность и агрессивно-оборонительную позицию. В-третьих, она становится источником неуверенности ребенка в своих силах— он боится не справиться с задачей, допустить ошибки, не добиться вновь высоких результатов, ставших причиной похвалы и поощрений, не поддержать уже завоеванную им «высокую планку» достижений.

В-четвертых, похвала часто воспринимается детьми как попытка родителей ими манипулировать, управлять их поведением и деятельностью в своих интересах.

Похвала не должна быть сравнительной: нельзя сравнивать достижения, успехи, результаты, личностные достоинства ребенка и его сверстников.

Похвала-сравнение не учитывает реальных возможностей и перспектив, не благоприятствует формированию у ребенка чувства самооценности и самопринятия, создает условия для образования негативной установки и даже зависти по отношению к более удачливому сверстнику.

- ✘ Нельзя хвалить за то, что недостигнуто своим трудом.

Похвала должна строиться как объективное описание действий ребенка.

ТЕХНИКА «НАКАЗАНИЯ» (ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА НАКАЗАНИЯ)

- ✘ Не должно вредить здоровью ребенка
- ✘ Решение о наказании должно быть четким и обоснованным
- ✘ Наказание должно своевременным
- ✘ Нельзя наказывать ребенка за несколько провинностей сразу
- ✘ Прощение не должно носить двойственный характер
- ✘ Нельзя прибегать к унижению

✘ Ребенок должен бояться не наказания, а огорчения родителей

Нельзя наказывать в случаях если:

- ✘ Ребенок болен (в этот момент психика наиболее уязвима)
- ✘ Когда ест
- ✘ После сна
- ✘ Во время игры
- ✘ Сразу после физической или душевной травмы
- ✘ Когда что-то не получается
- ✘ Когда внутренние мотивы не понятны
- ✘ Когда взрослый сам не в себе.

Спасибо за внимание!