

Для Вас, батьку!

ПРАВИЛА ЕФЕКТИВНОСТІ СПІЛКУВАННЯ БАТЬКІВ З ДІТЬМИ

- Починайте ефективно спілкуватися з дітьми, коли вони ще маленькі. Під час розмови з дітьми батькам слід бути обережними в тому, що вони кажуть і як вони це кажуть. Наприклад, якщо батько каже щось на зразок: «Не заважай мені зараз. Я зайнятий!», діти можуть подумати, що їх бажання й потреби не важливі. Батькам необхідно постаратись усунути такі прояви, як крик та імітована байдужість, коли вони не звертають уваги на своїх дітей.
- Спілкуйтесь на рівні вашої дитини. Наприклад, «не бий свою сестру» замість «абсолютно неприйнятно бити сестру». Фізично, батькам слід опуститися донизу, щоб стати приблизно того ж «росту», що і їхні діти. Якщо діти бачать погляд батьків вони менше бояться їхніх слів.
- Навчіться слухати по-справжньому. Коли батьки слухають своїх дітей, вони висловлюють свій інтерес до них і захопленість їх висловлюваннями.
- Нехай ваші розмови будуть короткими. Є одне чудове правило для батьків – говорити маленьким дітям не довше 30-ти секунд, потім попросити прокоментувати сказане. Батьки повинні знати коли їм треба припинити розмову.
- Формулюйте правильні запитання. Відкриті запитання, що починаються зі слів «що», «куди», «хто» або «як», дуже корисні для того, щоб допомогти дітям краще розкритись. Уникайте запитань, що потребують формальної відповіді «так» чи «ні».
- При спілкуванні з дітьми висловлюйте власні почуття та ідеї. Цілком логічно, що чим більше батьки відкриваються своїм дітям, тим більше їх діти будуть відкриті для них.
- Плануйте та систематично проводьте сімейні зустрічі або виділяйте час для спілкування. Наприклад, сім'я може використовувати час вечері, щоби «зловити» один одного в метушні дня.
- Зізнайтесь, якщо ви чогось не знаєте. Для батьків набагато краще буде показати своїм дітям, що вони люди і тому не можуть знати абсолютно все, ніж давати неточні відповіді.
- Постарайтесь, щоб ваші пояснення були повноцінними. Важливо, щоб батьки переконалися, що інформація, яку вони надають, відповідає віку дітей. Якщо дітям не надавати достатньо інформації, вони можуть?