

Почему с ребенком важно разговаривать?

Во-первых, для начала, мы с вами условимся, что разговор – это когда поочередно, выслушивая друг друга, говорят два и более человек. Когда вы что-то действительно говорите ребенку, а потом не ждете ответа или не слушаете его, то это не разговор, а просьба, наставление, убеждение, требование и многое-многое другое. Но не разговор.

Главный принцип обучения ребенка чему-то – это подражание. С самого раннего детства вы, наверняка, замечаете способность своего малыша копировать за вами поведение, манеру, фразы... Ребенок учиться моделям поведения, моделям реагирования у своих родителей. Сколько бы раз ребенку не говорили, что в ответ на агрессию драться нельзя, что споры нужно решать разговором, всё будет бесполезно, если ребенок видит, как папа ругается в автомобиле на тупых пешеходов или дятлов-водителей, или как мама срывается на кассиршу в пятерочке.

Разговор с ребенком на равных – это всегда про уверенность в себе. Уверенный в себе взрослый не нуждается в демонстрации своей силы и превосходства в общении с ребенком.

Многие из вас слышали наверняка теорию про три состояния личности:

Я – взрослый

Я – ребенок

Я – родитель

В каждом из нас в той или иной ситуации проявляется одна из этих частей. Вступая во взаимодействие с кем-либо, мы предъявляем одну из частей. В психологии это называется транзакционный анализ, потому что предъявление себя партнеру одной из частей называется транзакцией.

Каждая часть имеет свои плюсы и свои минусы. Давайте разберемся:

Я – ребенок

- | | |
|--------------------|-------------------------------------|
| + спонтанность | -бунт, протестующая часть |
| +открытость новому | -неопытность, излишняя торопливость |
| +эмоциональность | -отсутствие критичности |
| +искренность | -эгоцентризм |

Я – родитель

- +помогает ориентироваться в изменяющихся условиях
- +установки, помогают реагировать уверенно
- +реализует потребность в помощи
- те же установки мешают действовать спонтанно и свободно

-сложно воспринимать критику

-контролирующая часть

Я – взрослый

+разум, помогает анализировать ситуацию

+помогает чувствовать себя профессионалом в выбранной области

+реализации амбиций по самореализации

-сухость, замкнутость

-отсутствие спонтанности

Для большинства взрослых людей впадение в детство некомфортно. Вы вдруг начинаете чувствовать себя маленьким и беспомощным. Вы несвободны, вы перестали быть собой, утратив свою взрослую силу и уверенность. Многие из нас пытаются избежать роли ребенка, просто ограничивая свое общение с теми людьми, которые нас в эту роль вгоняют. Многие именно поэтому стараются увеличить дистанцию между собой и своими родителями. Но проблема этим не решается, потому что вместо родителей появляется или какой-нибудь строгий начальник, или подозрительно похожая на маму супруга, или подруга, в голосе которой проскакивают родительские интонации, – и спрятавшийся было ребенок опять тут как тут, опять заставляет вас вести себя совершенно по-детски.

Понятное дело, что в 99% случаев взаимодействия с ребенком, мы предъявляем ребенку свою родительскую часть. И это вполне нормально! Чтобы ваши дети не растеряли в себе ребенка на протяжении всей жизни, важно, чтобы их родитель в голове (который, напомним, является отражением и интеграцией вас, матери и отца) не был угнетающим, унижающим, обличающим. Он должен быть ласковым, принимающим, поддерживающим, ободряющим, чтобы в будущем, когда у вашего ребенка появиться возможность действовать спонтанно, не бояться оценки окружающих, реализовывать возможности, он смог подключить к этому процессу своего доброго и отзывчивого внутреннего ребенка.

Попробуем проделать упражнение:

Выбираются двое для участия в упражнении: мама и ребенок

Ситуация: ребенок не хочет одеваться: наступила зима, нужно утепляться, надевать термобелье, колготки, свитер, носки, сапоги. Нужно объяснить ребенку, зачем надо тепло одеваться, чтобы идти на работу.

Мама – авторитарная, мама – безразличная, мама-принимающая.

И чтобы нам с вами сейчас разбудить внутреннего ребенка, Екатерина Сергеевна, наш приглашенный специалист, проведет с вами мастер-класс, посвященный сказкотерапии.