

Как наладить открытое общение с детьми дома

В семьях, где практикуется открытое общение, каждый ее член чувствует, что в семейном кругу его любят и уважают. Открытое общение также помогает справиться с возникающими конфликтами. Такой вид общения основывается на слушании, сочувствии, поддержке и совместном решении проблем.

Сделайте общение с детьми своим приоритетом. Открытое и комфортное общение развивает в ребенке уверенность, чувство собственного достоинства, готовность к сотрудничеству, а также здоровые и теплые отношения между вами. Уделяйте время и силы тому, чтобы развивать свои отношения и навыки общения, разговаривая с детьми как можно больше.

Помните, что общение с детьми – это двусторонний процесс. Поговорите с ребенком, а потом послушайте, что он вам скажет. Слушать так же важно, как и говорить.

Найдите время побеседовать с каждым ребенком отдельно. Это особенно важно, если между вашими детьми есть разница в возрасте. Бывает, что старшие дети не дают младшим сказать и слова, а иногда сами младшие дети не решаются говорить в присутствии старших. Случается, что младший ребенок не понимает, о чем вы говорите со старшим. Кроме того, старших детей нужно мотивировать к общению, в процессе которого они будут узнавать что-то новое, а также задавать вопросы для получения дополнительной информации. Поэтому старайтесь уделять время каждому ребенку отдельно, чтобы поговорить с каждым из них на его уровне. Вы можете вместе сходить в парк, почитать книгу перед сном или поесть мороженого. Не нужно специально выделять время для беседы, просто пользуйтесь каждой возникающей возможностью.

Задавайте детям открытые вопросы, так как именно такой вид вопросов поможет улучшить общение с детьми. Если вы хотите, чтобы дети больше проявляли смекалку и были открыты к новым идеям, не задавайте им вопросов, на которые можно ответить односложно, – «да» или «нет». Ставьте вопросы, мотивирующие ребенка рассказывать больше, делиться своими мыслями и чувствами. Например, не стоит спрашивать: «Тебе понравилось на Дне рождения у друга?». Лучше спросите: «Чем тебе запомнился День рождения?». Поддерживайте разговор, когда ребенок отвечает на ваши вопросы. Благодаря этому он поймет: вам интересно то, что он рассказывает. Используйте такие фразы:

- Действительно?
- Понимаю.
- Как насчет...?
- Интересно.

Эмпатия – это то, чего все хотят, но немногие знают, как дать или получить. В мире, где все одержимо целью удовлетворить свои потребности, людям очень не хватает эмпатии. И это еще одна причина научить детей эмпатии в отношении к окружающим.

Многие путают эмпатию и сочувствие, но в основе этих двух качеств лежат разные ценности. Эмпатия – это не просто способность понимать чувства другого человека. Например, преступники часто стремятся к этому, чтобы втереться в доверие к человеку. Эмпатия – это нечто большее. Это не только умение распознать чувства другого человека, но и уважение к ним. Проявлять эмпатию – значит относиться к другим с добротой, пониманием и уважением.

Многие дети добродушны от природы, однако во многих случаях им требуется пример эмпатии со стороны родителей или других взрослых, которые их окружают. Все начинается с отношения родителей к своим детям. Если родители заботятся о детях, интересуются важными для них вещами, а также позитивно принимают эмоции детей, те учатся эмпатии.

Наконец, в течение дня родители должны находить несколько минут, чтобы похвалить за что-то ребенка или просто сказать ему: «Я люблю тебя».