**Родительская гибкость в общении**

**Автор – Елена Болдырева**

Приходят ко мне родители на приём. И вижу я такую картину взаимодействия: когда нужно просто дать возможность ребенку самому решить сесть или встать, точить карандаши или взять новую тетрадку, родители дают прямые указания:

- Садись, поточи, одевай!

Когда же нужно прямо сказать:

- Ты знаешь, мне это не нравится. Мне хотелось бы…

Вместо этого либо не говорят вообще, терпят, избегают говорить, либо говорят это не прямо, а с раздражением:

- Сколько раз тебе можно повторять?

Или

- А ну быстро иди и убери!

А ведь в идеале было бы всё наоборот. Когда есть какие-то маленькие бытовые ситуации, то более подходяще было бы сказать (искренне приветливо и дружелюбно):

- У тебя завтра школа. Обычно к школе собирают портфель, складывают туда ручки, карандаши тетради для следующего дня, учебники по расписанию. Как у тебя с этим обстоят дела?

Или

- А что будешь делать?

Или

- Ой разбилась тарелка. Что будешь делать?

(вместо: «Иди, собери осколки, возьми тряпку и убери»)

Ребёнку нужно давать пространство для того, чтобы он сам смог сориентироваться в ситуации (здесь речь идет о посильных для ребенка ситуациях), чтобы у него было пространство для замечания, осознание ситуации, чтобы он просто задумался, а возможно, попросил бы о помощи. Этот навык формируется в маленьких каждодневных ситуациях. И очень выручает, когда дети становятся взрослыми.

Все родители хотят видеть своих детей самостоятельными. Самостоятельными - значит теми людьми, которые сами могут принять решение, решить какую-то ситуацию, когда они станут взрослыми или сейчас, пока они еще дети. Для этого важно правильно организовывать взаимодействие с ребёнком и пространство вокруг него.

Немного повторюсь, но все же:

- если взрослый всё время указывает ребенку что делать, то и в учебной деятельности этот навык не появится скорее всего.

Поэтому есть смысл по возможности чаще использовать прием «Мне бы хотелось…»

- если что-то пошло не так, то можно использовать прием «Мне очень жаль…», «Похоже что-то не так…», и еще один замечательный прием – «Говорить с первой фразы». Наступит время, когда ваш голос будет звучать в голове у повзрослевшего ребенка. Чтобы вы хотели, чтобы он слышал?

Прием «Говорить с первой фразы» используют, когда хотят до ребёнка что-то донести. Часто родители используют прием «Говорить с третьей фразы», который выглядит примерно так: «Ну сколько можно повторять (раздраженно)».

И, кстати, если ребенку, особенно дошкольнику, просто сказать о том, как можно вместо того, как нельзя, то постепенно моментов, когда ребенок становится совершенно непослушным, будет меньше. Хотя однажды мне встретились такие цифры, что в норме ребенок должен быть примерно на 70% послушным, а на 30% непослушным для того, чтобы развивалась его самостоятельность и формировалась зрелость. Интересно, а что вы думаете по этому поводу?

Все родители хотят, чтобы ребенок стал отзывчивым, чтобы он умел понимать, чувствовать, где он прав, где неправ, где уместно, где неуместно определенное поведение. Опять можно использовать прием «можно» вместо «нельзя». Например, «Дерутся только в спортивном зале на тренировке, на ринге», «При девочках, в школе плохие слова не принято употреблять» (заодно разберитесь вместе с ребенком, что значит «плохие слова»).

Или если ребенок часто бьет других детей. Начертите Круг ситуаций, где такое поведение (драться) допустимо. Например, когда кто-то напал, нужно защищаться или кого-то защитить. А если на ребенка кто-то не так с его точки зрения посмотрел, не дал свою игрушку, то в этой ситуации драться недопустимо. И важно детям объяснять ситуации, и называть вещи своими именами. А если ваш ребенок сильный драчун, то кроме объяснений важно суметь оставаться с ребенком по одну сторону двери, даже если его поведение очень сильно неприемлемо.

Называть вещи своими именами – значит сказать, что ты не сдачи дал, а ударил, не разобравшись в ситуации.

Ко мне как-то пришла мама и рассказала, как она беседовала с ребёнком, когда тот подошел и толкнул одного мальчика, потому что тот покрутил пальцем у виска. Её сын рассердился. А так как он достаточно импульсивный ребёнок, он подошёл и просто толкнул того мальчика, сказав в оправдание, что дал ему сдачи за то, что тот обзывался.

Мама мальчика стала говорить:

- ну зачем ты его толкнул, почему ты это сделал, ведь мальчику больно, ведь он упал, у него болит нос. - Понятно мамино желание пробудить в ребенке сострадание, сочувствие к другому, но ребёнок в этих словах слышит совсем не это. У него не пробуждается сочувствие, а пробуждается чувство злости, потому что в этой ситуации мама на стороне чужого мальчика.

Если ребёнок кого-то толкает или бьёт, то скорее всего в его внутреннем мире неспокойно. Когда у нас всё в порядке, нам не хочется никого бить, обзывать и пинать. Скорее всего у ребёнка своя какая-то боль, и ему нужна поддержка, а не защита того, кого он обидел и был неправ.

Поддержка не в том, чтобы сказать: «Да молодец, дал сдачи». Поддержка в том, что «Да, неприятная ситуация вышла, похоже, ты очень сильно рассердился. Знаешь, я когда сержусь, тоже не всегда знаю, как поступить. Мне иногда тоже хочется кого-то ударить, но я понимаю, что это не выход, иначе бы вся наша планета превратилась бы в одну большую драку. Поэтому когда я сержусь, я иногда могу сказать: «Ты знаешь, мне не нравится, что ты сделал, меня это раздражает». А иногда могу уйти из этой ситуации, или кому-то рассказать, или прийти домой побить подушку или покричать громко в ванной.

Существует много разных способов, как помочь ребенку справиться со злостью. Поэтому важно научить ребенка как можно большим вариантом выражать это чувство. Но «не учите его жить», не читайте ему нотации. С ребенком нужно разговаривать, а не поучать. Не говорить ему, а говорить с ним. Показывайте, что его переживания для вас важны, что он для вас важен и оставайтесь с ним по одну сторону двери, чтобы не случилось.