**«Родительский язык общения: рекомендации»**

Автор – Елена Болдырева

Когда в отношениях с детьми что-то идет не так, родители чаще всего в общении используют язык упреков, претензий, недовольства. К сожалению, этот язык не мотивирует ребенка что-то изменить в своем поведении, подвергает опасности детско-родительские отношения.   Несмотря на то, что человеческий язык разнообразен, мы порой умудряемся складывать слова в такие формы, которые вызывают у другого обиду, гнев, досаду, бессилие. И, когда речь идет о детях, даже апатию и потерю смысла жизни.

Говоря с ребенком на языке упреков, мы обедняем сами свои взаимодействия с ребенком. На языке упреков нет слов «люблю, горжусь, верю, доверяю, помогу, интересно». Есть только «ты плох, ты не такой, ты оплошал». Именно это и слышит ребенок в ваших фразах «а почему не 5, что ж ты такой у меня ленивый, вечно у тебя все не так».

РЕКОМЕНДАЦИЯ 1. Когда ребенок возвращается откуда-то, вспомните как в сказке: напоить, накормить, спать уложить, а потом уже расспрашивать.

Но как быть с родительскими чувствами, теми, которые поднимаются внутри?

РЕКОМЕНДАЦИЯ 2. Представьте, что у вас есть два чемоданчика, скажем, красный и зеленый. В красный можно мысленно складывать чувство гнева, злости, бессилия, тревоги. В зеленый – радость, восторг, интерес. И вот идет ребенок, хочется порычать на него, а вы мысленно скажите красному чемоданчику: подожди, чуть позже». Начните с зеленого чемоданчика.

А как быть, если ребенок ничего не хочет? Такое может случится, если:

- желания ребенка признаются неважными, обесцениваются,

- когда на первое место ставятся чужие желания (я – мама, мое желание, чтобы ты учился, важнее твоего желания общаться с друзьями)

- когда ребенок вынужден многое делать, потому что это кому-то надо, кому-то выгодно, это практично.

А желания живут в той задорной живой части личности. Пропадает желание, пропадает интерес… и к жизни. И здесь я хочу обратить внимание на разницу: ребенок хочет, это не значит, что он прям раз и навсегда решил это делать. Ему важно побыть с этим желанием, пожить с ним и в нем, примерить к себе, получить определенный опыт, важный для него. Да и для Желания нет ничего невозможного, ведь можно желать чего угодно! Есть ограничения для исполнения желаний, а для самого желания - нет. А иногда нужно просто поддержать ребенка. Это хорошо описано в фильме «Билли Эллиот».

РЕКОМЕНДАЦИЯ 3. Избегайте комментариев, когда ребенок с вами делиться своими желаниями, мечтами.

РЕКОМЕНДАЦИЯ 4. Играйте семьей в игру «Я хочу…» (нужно по кругу разными способами закончить это предложение). Не только развивает воображение, но и возвращает энергию в активность ребенка и взрослого.

И все же, спросите вы, а как быть, если ребенок не хочет

- учиться

- делать уроки

- убирать в комнате????

Здесь пригодиться следующая рекомендация:

РЕКОМЕНДАЦИЯ 5. Практика «не хотеть». У каждого есть такое право! Когда у человека есть право не хотеть что-то делать, он с большей вероятностью сделает что-то, чем если его заставлять и игнорировать его «не хочу». Еще Селестен Френе, французский педагог, писал: Никто не любит исполнять какую-либо работу из-под палки, даже если эта работа сама по себе ему не противна. Сопротивление порождается именно принуждением».  И точно не стоит стыдить. Ведь «хочу» и «не хочу» появляются не усилием воли. Усилием воли можно делать то, что трудно или не хочется.

Так какой тогда язык стоит использовать в общении?

- язык чувств

- язык дружелюбия

- язык ритуала завладевания (сначала контакт глазами, сначала войти в игру ребенка, потом уже его отрывать)

- язык уважения

- язык признания ребенка отдельным существом

Расширим родительский арсенал?