

## ***Секреты эффективного общения.***

*Дисгармония семьи, дисгармония семейных отношений, как между взрослыми, так и между взрослыми и детьми в семье – важнейшая причина возникновения и развития психологического напряжения между членами семьи, которое создает неблагоприятный фон для развития ребенка, нарушает необходимые связи, контакты, закрепляет неправильное поведение. Исследования показали, что взрослых огорчает и раздражает непослушание детей, их нежелание беспрекословно подчиняться, но больше всего – несогласие с мнением взрослых, возражения, неповиновение, или, как часто говорят взрослые, упрямство.*

### **Есть несколько типичных ошибок, которые нарушают взаимопонимание взрослых и детей:**

- 1. Взрослые редко обращают внимание на то, как они разговаривают с ребенком. И чаще всего тон, мимика, выражение лица отражают нетерпение, раздражение, гнев.***

Ребенок любого возраста чутко реагирует на тон, мимику, выражение глаз. Можно говорить самые правильные слова, но если в вашем тоне нетерпение и злость, ребенок не слышит слов, а видит ваше отношение к нему, чувствует лишь агрессию и враждебность.

- 2. Взрослые часто не видят ничего особенного в насмешках и даже издевке. Причиной насмешек может быть и поведение, и внешний облик, и любые неудачи.***

Насмешка может быть не явной, это как раз тот случай, когда именно тон делает фразу. Когда вы с пренебрежением смотрите и говорите своему сыну: «Ну, на кого ты похож, чучело?» - всем своим видом показывая неприятие, или с усмешкой говорите дочери: «Лучше бы уроки учила, все равно от этой твоей зарядки никакого толка», - вы унижаете ребенка и рискуете потерять его доверие.

### ***3. Еще один вариант негативного общения с ребенком – «ледяной тон», намеренное безразличие, избегание.***

«Я никогда не ругаю его за плохие оценки, рассказывает мне мама пятиклассника, - просто не разговариваю с ним, пока не исправит. Но раньше это помогало, а теперь он, похоже, совсем от этого не страдает». Это очень типичная ситуация. Малышей лет до 7-8 намеренное безразличие очень огорчает, но, становясь старше, они привыкают к невниманию и пренебрежению взрослых, перестают нуждаться в их заботе, внимании, поддержке. «Не твоё дело», - это самый мягкий вариант ответа, с которым столкнутся эти родители очень скоро.

#### **Найти эффективную форму общения с детьми помогают следующие рекомендации:**

1. В разговоре с ребенком, даже самым неприятном, следует оставаться спокойным, не давать воли гневу, злости, раздражению, иначе самые добрые слова будут восприниматься как репрессивные меры.
2. «Ледяной тон», холодный взгляд, насмешки, мрачность и враждебность в общении (даже без резких слов) отталкивают ребенка, разрушают общение.
3. Для эффективного общения необходимо желание, установка доброжелательной вежливости. Это – спокойный тон, дружелюбный вид, мягкость во взгляде.
4. Необходимо контролировать, оценивать свое общение с ребенком. Ключ к успеху – спокойствие, терпение, доброжелательность.

Педагог-психолог  
КЦСОН «Рыбинский»  
Н.С. Будникова

