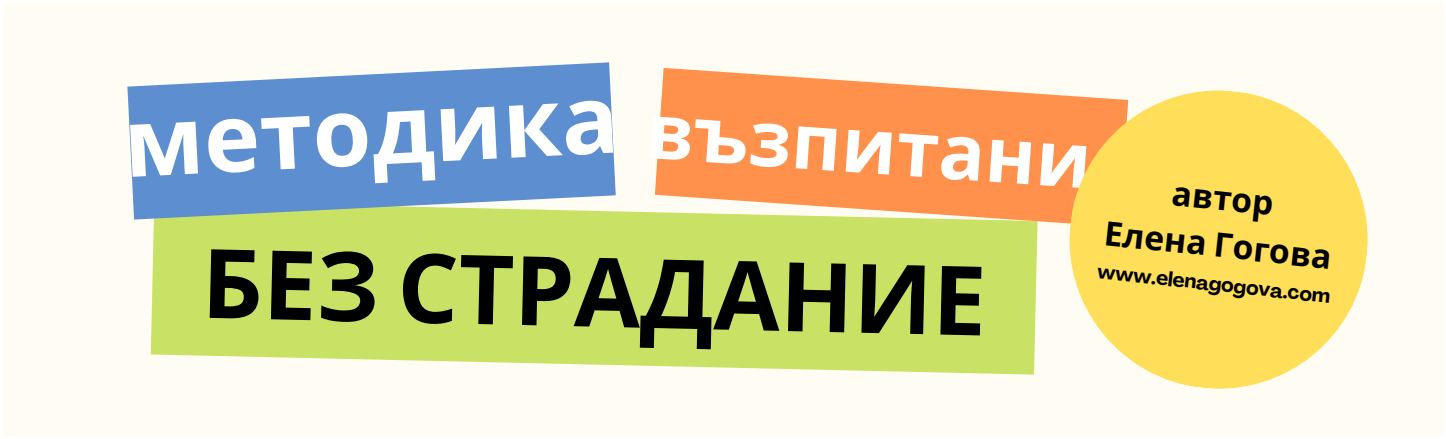


Всеки от нас иска детето му да бъде послушно. Но често се случва децата да следват поговорката „В едното ухо влиза, в другото излиза“. Понякога те слушат избирателно, действат от злоба, изискват, отказват, игнорират. Това се превръща в реален проблем, който е важно да се реши, а не да се оставя на произвола, защото подобно поведение може да се превърне в навик, а с времето ще се превърне в част от характера на детето.

Как да говорим така, че детето да ни слуша?

Автор:Елена Гогова, детски и семеен психолог

Има ли нещо, което може да се подобри? Как?

Как да изградим нормална връзка с дете?

Как да го накарам да ме чуе?

Възможно ли е да се подобри една връзка, ако тя напълно е стигнала до задънена улица?

Моята практика е пълна с такива „вечни“ въпроси.

Ще ти споделя една ТАЙНА! Стилът на общуване с детето има голямо значение в развитието на неговата личност.

Вече е безспорна истина, че общуването е толкова необходимо за детето, колкото

храната. Бебе, което получава добро хранене и добри медицински грижи, но

лишен от постоянен контакт с възрастни, се развива зле не само психически, но и

физически: не расте, отслабва, губи интерес към живота.

Както лошата храна отравя тялото, така и грешна комуникация

„отравя" психиката на детето, застрашава неговото психологическо здраве, емоционално

благополучие и впоследствие, разбира се, неговата съдба.

„Проблемни", „трудни", „палави" и „невъзможни" деца, точно както децата с

комплекси", „задръстени" или „нещастни" са винаги резултат от неправилно формирани

семейни връзки.

Преди да премина към основното съдържание, ще ви информирам за нещо много важно!

Оказва се, че по-голямата част от тези родители, които търсят психологически помощ при трудни деца, в детството те самите са страдали от конфликти със собствените си родители.

Методика „Възпитание без страдание" на Елена Гогова

Безусловно приемане. Какво означава?

Разбира се, да приемеш дете означава да го обичаш не защото е красиво,

умно, способно, отличен ученик и т.н., а просто така, просто защото е то!

Как НЕ трябва да се обръщаме към детето:

Ако си добро момче (момиче), ще те обичам." Или: „Не очаквай от мен да..., докато не спреш... (мързелуваш, караш се, груб си), не започваш... (добре да учиш, да помагаш в къщата, да се подчиняваш)."

Това е условно, оценъчно отношение към човек. Това отношение се имплантира и в съзнанието на децата.

Причината за широкото оценъчно отношение към децата се крие в твърдото убеждение, че наградите и наказанията са основните възпитателни средства. Хвалете детето и то ще го направи, укрепвайте в доброто, наказвайте - и злото ще се оттегли.

Знаеш ли тази закономерност - колкото повече се караш на детето, толкова по-зле е то!

Защо се случва това?

Доказано е, че нуждата от любов, от принадлежност, тоест нуждата

до друг, една от **основните човешки потребности**. Нейното удовлетворение е

необходимо условие за нормалното развитие на детето. Тази потребност се задоволява, когато **казвате на детето си, че ви е скъпо, необходимо, важно, че е просто добро**. Такива посланията се съдържат в приятелски погледи, нежни докосвания, директни думи:

„Толкова е хубаво, че си роден в нашето семейство“,

„Радвам се да те видя“,

„Харесвам те“,

„Обичам те“

„Хубаво ми е, когато сме заедно...”.

РОДИТЕЛИТЕ ЧЕСТО ПИТАТ:

„Ако имам дете, това означава ли, че никога не трябва да му се сърдя?“

Не, това не означава. Никога не крийте, камо ли да трупате негативните си чувства.

Те трябва да бъдат изразени, но изразени по специален начин.

Правила за говорене:

1.Можете да изразите недоволството си от индивидуалните действия на детето, но не от детето като цяло.

2.Можете да осъждате действията на детето, но не и чувствата му, колко нежелателни или "недопустими" са.

3.Недоволството от действията на детето не трябва да бъде систематично, в противен случай ще прерасне в неприемането му.

ОПИТАЙ ТОВА У ДОМА

1.Вижте колко успешно приемате детето си.

За да направите това, през деня (и по-добре от два или три дни) опитайте се да преброите колко пъти сте се свързали с него чрез емоционално положителни твърдения (радостни поздрави, одобрение,подкрепа) и колко - с негативни (укор, забележка, критика). Ако броят на отрицателните обаждания е равен или надвишава броя на положителните, тогава:

Не всичко върви добре с комуникацията ви.

2.Затворете очи за минута и си представете, че срещате най-добрия си приятел (или приятелка). Как показваш, че си щастлива с него, че ти е скъп и близък? Сега си представете, че това е твоето собствено дете: ето, прибира се от училище и показваш, че си щастлив че го виждате. Ще бъде добре, ако продължите тази среща в същия дух за няколко минути. Не се страхувайте да го "развалите" през тези минути, това е напълно нормално.

3.Прегръщайте детето си поне четири пъти на ден (обичайният сутрешен поздрав и целувките за лека нощ не се броят).

Забележка: Добра идея е да направите същото за възрастни членове на семейството.

4.Когато изпълнявате предходните две задачи, обърнете внимание на реакциите на детето и на вашите собствени чувства.

Послеслов:

Благодарим ви, че прочетохте този документ до края! Много се гордея с теб и ти благодаря за пожеланието за промени в името на вашите деца! Вие сте много чувствителни, отговорни и съзнателни родители.

Ако имате въпроси относно позитивното родителство, ще се радвам да ви помогна, скъпи родители!

Очаквам с нетърпение да ви видя на моите ресурси и обучения.

• Моят facebook: Елена Гогова- психолог

• Моят Instagram: elena.gogova_psiholog

• Моята страница



С уважение, Вашата Елена Гогова, детски и семеен психолог, автор на методиката „Възпитание без страдание“.