

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 самом 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.



**Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского округа – Югры
«Белоярский комплексный центр социального обслуживания
населения»**

отделение психологической помощи гражданам

Разработчик:
Кулакова Ольга Викторовна



Памятка для родителей

Секреты эффективного общения

НАШ АДРЕС:
Тюменская область
Ханты-Мансийский автономный округ – Югра
г. Белоярский, ул. Центральная, 15А.
Контактный телефон
отделения психологической помощи гражданам
8 (34670) 2-37-88
Сайт: <http://kconmiloserdie.ru>
<http://vk.com/socuslugi.ugra>

Белоярский
2021