

Как да говорим така, че децата да ни слушат? – част 3

Родител: „Как можем да я накараме да споделя с нас? Никога не знаем какво мисли. Нямаме представа какво ѝ минава през главата!“

Дете: „Стигна се дотам, че не можем да говорим за най-дребни неща... Не можем да говорим за домашните ми, например. Когато имам лоша оценка, аз подготвям мама, че не съм се правила добре. Тя само пита: „А защо?“ и почва да ми се кара. Затова започнах да лъжа. Не ми беше приятно, но по едно време престана да ми прави впечатление... Накрая стана така, че никой не показва истинските си чувства... и какво наистина мислим.“

Замисляли ли сте се кога един човек е склонен да ви говори много, да е словоохотлив, да се разкрие? Аз мисля, че е когато се чувства чут и разбран. А кога е склонен да слуша? Аз мисля, че когато е бил чут, разбран и приет. Същото се отнася и за децата.

Тази част, ще е свързана с уменията да слушаме.

Ако си спомняте от част 2, съществува т. нар. собственост върху проблема. Той е на или на детето, или на родителя. На детето, ако то се сблъсква с някакво затруднение, на родителя, ако той не приема или не одобрява някакво поведение на детето. За разрешаване проблемите на родителя, се изисква развитие на умение за противопоставяне.

За разрешаване на проблемите на детето се изисква **умение да слушаш**.

Как да слушаме така, че децата да ни говорят: езикът на възприемането

Доста деца са „отписани“ от родителите си като източник на помощ. Защо децата престават да разговарят за нещата, които истински ги вълнуват. Според психолозите най-важната съставна част от основните съставки на успешното взаимоотношение е „езикът на възприемането“.

Приемането е като плодотворна почва, която позволява на зрънцето да се превърне в прекрасното цвете, което е заложено в него. Подобно на зрънцето детето носи в себе си възможността да се развива. А възприемането му – това е почвата – просто помага на детето да развие своя потенциал. Но почвата, която осигурява растежа на детето понякога е пребогата на оценки, осъждания, критика, проповеди, призови и заповеди, сигнали, че детето не е прието такова, каквото е.

Научавайки се как да демонстрирате чрез думите своето вътрешно усещане за възприемане на дадено дете, се получават следните ефекти: -

това му помага да харесва себе си; - може да постигне своя потенциал; - ускорява се развитието на неговата независимост и способност само да определя посоката; - съумява само да разрешава проблемите си.

И най-важното – изгражда вътрешното усещане **че е обичано. Защото да възприемеш някой такъв, какъвто е, наистина е обич.**

Как да се покаже възприемането?

Предаването на одобрение без думи, или чрез жестовете, пози, изражения. Как ли ще се чувства дете, ако разговаряте с него прав, леко наведен напред, с кръстосани пред гърдите ръце? Дали ще се усети прието, дали ще бъде откровено? А ако сте седнали, детето също, ръцете ви са отпуснати на коленете, като едната длан е нагоре? Много малко обръщаме внимание на сигналите на тялото, но повярвайте, децата забелязват всеки трепет, всеки намек, който тялото ни излъчва. И тогава виждат само това. И тогава думите нямат значение.

Показване на приемане чрез ненамеса, представете си, че дете строи пясъчен замък на плажа. Някои родители няма да се намесят и детето ще създаде своя уникална конструкция. То ще чувства: „Това, което правя е хубаво. Мама одобрява това, което правя.“ Стоенето настрана също е безсловесен начин за предаване на одобрение. Именно бездействието на родителят подсказва в подобни ситуации, че възприема детето, защото не се опитва да го промени

И другото поведение: „Ето така се прави!; Направи го по-далече от водата!; Виж, ...е направил прекрасен замък!; Не трябва ли около него да има ров?; Дай да ти помогна!...“ Дали ще се чувства прието, след подобно поправяне?

Пасивното слушане като израз на приемане – тишината като послание.

Ще го илюстрирам като диалог.

ДЕТЕ: Днес ме заведоха при директора.

РОДИТЕЛ: Така ли?

ДЕТЕ: Госпожата каза, че постоянно говоря и преча в час.

РОДИТЕЛ: Разбирам.

ДЕТЕ: Не съм съгласен... и другите говорят...

РОДИТЕЛ: Ммм.

ДЕТЕ: Как по цял час да седя и да не правя нищо? Докато тя говори, ние тихо си измисляме какво ще правим в междучасието. Не пречим ...

РОДИТЕЛ: (Мълчи)

ДЕТЕ: Ако беше по-интересно, сигурна ще слушам... А то – скука...

РОДИТЕЛ: (Свива рамене.)

ДЕТЕ: Не знам в другите класове дали е така... Сигурно...то и като говоря в час, какво? Ако се държа така, едва ли ще завърша годината както ми се иска.

Едва ли е най-добрия пример, може да предизвика доста съпротиви във вас, но това е един от начините да накараме децата да говорят, да разберем какво чувстват, кое ги кара да се държат по определен начин. Сега разбирате ли колко дълбоко в нас е насадено да оценяваме, да налагаме, да съветваме...

Първоначалното замълчаване дава възможност на детето да продължи, после да излее емоцията, да прецени последиците, да стигне до извода, че с това поведение вреди на себе си.

В случая мълчанието на родителя е помощ за самопомощ.

„Ако дадеш на някого риба, ще го нахраниш веднъж. Ако го научиш да лови риба, ще може да се изхранва цял живот“ – както се казва в една ориенталска мъдрост.

Бъдете здрави! Пазете се!