

Хотите стать эффективным родителем? Будьте им!

Часть 3

Материал подготовлен педагогом-психологом Красюк И.А. по книге «Курс эффективного родителя. Как воспитать в детях чувство ответственности»

Т.Гордона



Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

1. Приказ. Распоряжение. Команда.

Эти сообщения дают ребёнку понять, что его чувства или потребности не имеют значения («Не важно, что ты хочешь, иди домой сию же минуту»).

Они указывают на недовольство родителя («Нечего вертеться под ногами»).

Они вызывают страх перед родителем. Ребёнок слышит угрозу от человека, физически более сильного («Ступай в свою комнату. А если не пойдешь, я тебя заставлю»).

Они могут вызвать у ребёнка сильное неприятие, сопротивление или гнев, часто становятся причиной истерик, ответных нападков, иногда ребёнок нарочно испытывает терпение родителя.

Они могут сообщить ребёнку, что родитель не доверяет его суждениям или опыту («Не трогай вазу», «Отойди подальше от маленького брата»).



Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

2. Строгое предупреждение. Угрозы.

Эти сообщения вызывают у ребёнка чувство страха и желание подчиниться («Если ты это сделаешь, ты горько пожалеешь об этом»).

Они могут вызвать сильное неприятие и враждебность, гнев, точно так же, как и приказ. («Если ты сейчас же не отправишься спать, я тебя отшлёпаю»).

Они могут сообщать о том, что родитель не считается с интересами ребёнка или его потребностями («Если ты не перестанешь прыгать, я сильно рассержусь»).

Дети очень часто на предупреждения и угрозы отвечают вызовом («А мне всё равно. Я всё равно не перестану!»).

Из-за таких сообщений ребёнок иногда начинает вести себя так, словно нарочно испытывает родительское терпение. Они провоцируют ребёнка. Таким образом дети проверяют, реальна ли угроза



Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

3. Нотации. Наставления. Поучения.

Такие сообщения навязывают власть извне, внушают чувство долга. Дети часто отвечают на многочисленные «должен», «положено» и «обязан» вопреки ожиданию: они ещё сильнее начинают отстаивать свои позиции.

Услышав такое сообщение, ребёнок чувствует, что взрослый не доверяет ему, поскольку лучше знает, что правильно («Ты должен поступать правильно», «Ты не должен так думать (говорить)»). Такие сообщения рожают у ребёнка чувство вины - ему кажется, что он плохой. Из-за них у ребёнка возникает ощущение, что родители не доверяют его способности правильно оценивать собственные взгляды и поступки и взгляды и поступки других людей («Взрослых надо уважать»).

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

4. Совет. Подсказка. Предложение помощи

Такие сообщения часто дают ребёнку понять, что родители не верят в его способности самостоятельно найти выход из трудного положения.

Эти сообщения могут повлиять на ребёнка таким образом, что он станет полностью зависимым от мнения родителей.

Иногда дети отказываются слушать родительские советы («Дай я сам подумаю», «Не надо мне подсказывать, что я должен делать»).

Если вы даёте совет, иногда это свидетельствует о том, что вы смотрите на собеседника свысока («Мы с мамой лучше знаем, как надо»). В результате дети начинают испытывать чувство собственной неполноценности.

Услышав совет, ребёнок может подумать, что родитель вовсе его не понимает («Ты не говорил бы такого, если бы знал, каково мне сейчас»).

Советы чаще всего приводят к тому, что ребёнок, вместо того, чтобы анализировать и реагировать, всё время ждёт родительской реакции и действует только по указке родителей.

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

5. Поучения. Примеры из личной жизни. Апелляция к здравому смыслу

Логика и факты часто вызывают у ребёнка желание сопротивляться («Думаешь, я этого не знаю?»).

Дети, как и взрослые, не любят ситуаций, когда они оказываются не правы. Следовательно они защищают свои позиции до последнего («Ты не прав, а я прав», «Ты меня не переубедишь»).

Детям не нравятся бесконечные истории из жизни, нравоучения, поучения родителей и они часто не принимают в расчёт мнение родителей - под любым предлогом (особенно подростки) («Надоело слушать одно и то же», «Вообще-то ты уже старый и ничего не понимаешь в современной жизни», «Ваши взгляды и идеи устарели»). Часто дети очень хорошо осведомлены о том, что родители пытаются им втолковать, и отказываются повторять азы («Да знаю я всё, не надо мне столько раз повторять!»).

Иногда дети предпочитают игнорировать факты («А мне всё равно», «Ну и что?», «Со мной ничего не случится»).

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

6. Осуждение. Критика. Несогласие

Данные сообщения закрепляют у ребёнка чувство собственной неполноценности. Ребёнок начинает думать, что он и правда глупый, неспособный, недостойный, плохой.

Самооценка ребёнка формируется под влиянием оценок родителей и их отношения к нему. Как родитель оценивает ребёнка, так и ребёнок оценивает себя («Мне так часто говорят, что я плохой, что я стал думать: а может, я и правда плохой?»).

Постоянные недобрые критические замечания вызывают ответное желание покритиковать («Да ты тоже так поступаешь», «Можно подумать, ты сам такой крутой»).

Постоянная критика и несогласие со стороны родителей вынуждают детей скрывать свои чувства или утаивать что-то от родителей («Если я им всё расскажу, они меня начнут ругать»).

Дети (да и взрослые тоже) не любят, когда их критически оценивают. Они в ответ начинают защищаться, просто чтобы защитить себя в собственных глазах. Очень часто критика со стороны взрослых вызывает у ребёнка враждебное чувство, даже если замечания взрослого верны. На придирчивые замечания и критику у детей возникают мысли, что они плохие и их родители не любят.

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

7. Похвала. Согласие

Вопреки распространённому мнению похвала частенько оказывается не только не полезна, но даже и вредна. Позитивная оценка, которая не совпадает с самооценкой ребёнка, может привести к враждебности со стороны ребёнка («И вовсе у меня не красивая работа», «Я играл не отлично, а еде-еле»)

Дети делают из этого заключение, что иногда взрослый хвалит совершенно незаслуженно. А если ребёнок, привыкший получать похвалу в свой адрес по любому поводу, вдруг не слышит похвал в свой адрес, он может подумать, что с ним что-то не так или что его критикуют.

Дети тонко чувствуют, когда родители, раздавая похвалы, пытаются ими манипулировать - заставить сделать то, что им нужно («Ты так говоришь специально, чтобы я больше читала»).

Если слишком часто незаслуженно хвалить детей у них может развиться зависимость от внешней положительной оценки, и они будут сами напрашиваться на лестные слова («Правда, я хороший мальчик», «Правда, я хорошо нарисовал»).

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

8. Насмешка. Ирония

Ироничные, насмешливые реплики очень плохо влияют на самооценку ребёнка. Из-за них ребёнок может почувствовать себя плохим, недостойным, нелюбимым. Типичная реакция на такое сообщение - отпор («А ты большой зануда», «Ещё не известно, кто из нас лодырь»).

Когда ребёнок получает в свой адрес насмешливую оценку себя или своего поведения - эта оценка не помогает ребёнку взглянуть на себя непредвзято. В результате ребёнок защищается и подыскивает себе оправдания («Вовсе я не неудачник, смешно меня так называть, когда все вокруг против меня»).

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

9. Попытка разъяснения (раскрытия) поведения ребёнка. Вывод

Такие сообщения показывают ребёнку, что родитель его «раскусил» и знает, почему он ведёт себя так, а не иначе. Подобная попытка самоанализа со стороны родителя может нанести большой вред ребёнку.

Если родительские выводы верны, ребёнок оказывается совершенно беззащитным, почувствует горечь разоблачения («Ты не выступаешь на сцене, потому что очень стеснительная», «Ты делаешь это только для того, чтобы привлечь к себе внимание»).

Если же родительские выводы неправильны и трактовка поведения неверна, как это часто и бывает, ребёнок сердится и протестует из-за того, что его напрасно в чём-то обвинили («Вовсе я не ревную - это просто смешно»).

Дети часто перенимают от родителей свойство смотреть на других с некоторым превосходством («Ты думаешь, что всё знаешь, а это не так»).

Сообщения типа: «Я знаю почему ты так себя ведешь» или «Я тебя насквозь вижу» снижают вероятность дальнейшего общения, ребёнок отгораживается от родителя. Он привыкает к тому, что делиться своими проблемами, переживаниями в родителями не стоит.

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

10. Сочувствие. Утешение. Поддержка.

Эти сообщения не так полезны, как кажется.

Если вы пытаетесь подбодрить ребёнка, когда он чем-то сильно взволнован, он может подумать, что вы его просто не поняли («Ты бы такого не говорил, если бы знал, как я боюсь»).

Чаще всего родители успокаивают и подбадривают детей, потому что им самим неприятно думать, что дети могут обижаться, сердиться, разочаровываться и т.п. Такие сообщения словно говорят ребёнку: он должен перестать чувствовать то, что сейчас чувствует («Всё не так уж плохо, всё обернётся к лучшему, вот увидишь»). Родители подбадривают детей, но дети видят только стремление повлиять на них - а в результате перестают доверять родителям («Ты говоришь так только для того, чтобы меня утешить»).

Попытка утешить тоже может стать преградой для дальнейшего общения, поскольку ребёнок чувствует, что вы хотите, чтобы он не испытывал того чувства, которое им в данный момент владеет.

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

11. Расспросы. Поиск причин.

Если вы начинаете расспрашивать, ребёнок может подумать, что вы ему не доверяете, подозреваете в чём-то («А ты поговорил с учительницей, как я велела?»).

Дети также видят в некоторых вопросах попытку «вытянуть сведения», чтобы потом использовать эти сведения против них самих («Как долго ты занимался? Только час? Тогда ты действительно заслуживаешь тройки.»).

Дети опасаются расспросов, особенно если не понимают, зачем родители их расспрашивают. Заметьте, как часто дети говорят: «Зачем ты об этом спрашиваешь?» или «Ты на что намекаешь?».

Если вы расспрашиваете ребёнка, который поделился с вами своей проблемой, он может заподозрить, что вы собираете информацию, чтобы решить проблему за него и вместо него («Когда у тебя впервые возникло такое ощущение? Это имеет отношение к школе? А как у тебя дела в школе?»).

Дети часто не хотят, чтобы родители предлагали им своё решение проблемы.

Барьеры в общении: к чему приводят типичные реакции родителей на сообщения детей

11. Юмор. Перевод разговора на другую тему.

После некоторых сообщений у ребёнка может сложиться впечатление, что он вам безразличен, вам нет дела до его чувств. Он даже может подумать, что вы отказываетесь иметь с ним дело.

Дети, как правило, очень серьёзно настроены, если хотят поговорить о чём-то. Если вы в ответ отшучиваетесь, ребёнок обижается.

И даже если вам удастся на некоторое время отвлечь ребёнка от неприятных мыслей и чувств, сами чувства от этого не проходят и позже проявятся. **Отодвинуть проблему – вовсе не значит решить её.**

Дети, как и взрослые, хотят, чтобы их с уважением выслушали – и поняли. Если родители будут отмахиваться от них, дети поймут, что делиться самым сокровенным следует не с родителями, а с кем-то другим.