***Как слушать и слышать ребенка.***

 Причины трудностей ребёнка часто бывают спрятаны в сфере его чувств. Тогда практическими действиями – показать, научить, направить – ему не поможешь. В таких случаях лучше всего… его послушать.

Что же это значит – ***активно слушать*** ребенка?

***Активно слушать ребенка (да и любого другого человека) – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувства.***

* Во всех случаях, когда ребенок расстроен, обижен, потерпел неудачу, когда ему больно и стыдно. Когда ему страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо и даже когда он очень устал. **Первое, что нужно сделать – дать ему понять, что вы знаете о его переживании (или состоянии),** «слышите» его.
* Если вы хотите услышать ребенка, обязательно **повернитесь к нему лицом**. Очень важно, чтобы его и ваши глаза находили на одном уровне. Присядьте около него, можно слегка притянуть ребенка к себе, подойти или придвинуть свой стул к нему поближе.
* Избегайте общаться с ребенком, повернувшись лицом к плите или раковиной с посудой, смотря телевизор, читая газету, лежа на диване или находясь в другой комнате. **Ваше положение по отношению к нему и ваша поза – первые и самые сильные сигналы** о том, насколько вы готовы его слушать и услышать.
* Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы, желательно, чтобы ваши **ответы звучали в утвердительной форме**.
* Очень важно **«держать паузу».** После каждой вашей реплики лучше помолчать. Пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом. Если его глаза смотрят не на вас, а в сторону, «внутрь» или вдаль, то продолжайте молчать – внутри вашего ребенка происходит сейчас очень важная и очень нужная работа.

Беседа по способу активного слушания очень непривычна, но этот способ быстро завоюет ваши симпатии, и вы увидите результаты, которые он дает. Их, по крайней мере, три. Они так же могут служить признаками того, что вам удаётся правильно слушать своего ребенка:

* Исчезает или сильно ослабевает отрицательное переживание ребёнка.
* Ребёнок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает рассказывать всё больше.
* Ребёнок сам продвигается в решении своей проблемы.

*По материалам книги Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребёнком. Как?»*