

ОБЩУВАНЕ МЕЖДУ РОДИТЕЛИ И ДЕЦА

от [professor](#) на 19.07.2009 11:05 [3 коментара](#) , 1296 прочита

Категории: [Й Семейство](#)

Ключови думи: [деца](#), [родители](#), [общество](#), [етика](#)

Общуването, комуникацията между хората е една много важна характеристика в човешкото развитие! И най-важно е то, когато детето расте, когато изгражда своите морални и ценностни устои! По молба на Шели ви предлагам да се запознаете с една интересна статия по въпроса!

ОБЩУВАНЕ МЕЖДУ РОДИТЕЛИ И ДЕЦА

Не е важно само какво ще кажеш, но и как ще го кажеш

/притча/

Един източен цар сънувал заплашителен сън. Той сънувал, че му падат всички зъби един след друг. Обезпокоен, повикал своя гадател. Той изслушал внимателно съня и се обърнал към царя: „Трябва да ти съобщи тъжна вест. Така, както губиш на сън зъбите си един след друг, така ще загубиш всичките си подчинени." Тълкуването на гадателя ядосало много царя. Той заповядал гадателят да бъде хвърлен в тъмница. Тогава накарал да повикат друг гадател. Той изслушал съня и казал: “Аз съм щастлив да ти съобщи една приятна вест. Ти ще станеш по-стар от всички свои приближени. Ти ще ги надживееш.”. Царят се зарадвал и го възнаградил богато. Царедворците били много учудени. „Ти всъщност не каза нещо по-различно, от твоя беден предшественик. Защо тогава той беше наказан, а ти -щедро възнаграден?" - попитали те. Гадателят отговорил: „Ние двамата еднакво възприехме съня, но важно е не само какво ще кажеш, но и как ще го кажеш."

Нито един родител не се събужда сутрин с мисълта да направи живота на детето си непоносим. Нито една майка не си казва:”Днес ще крещя на детето си и ще го тормозя!”Тъкмо обратното. Именно сутрин много родители решават:”Днес ще бъде един спокоен ден. Никакви крясъци и разпавии. ”Но въпреки добрите намерения, войната избухва отново. Пак се улавяме, че казваме неща, които не сме искали да кажем, и то с тон, който въобще не ни харесва.

Всички родители желаят децата им да бъдат спокойни и щастливи. Никой умишлено не се опитва да направи детето си страхливо, стеснително, нетактично или агресивно. И все пак, тъкмо в детството, много хора придобиват тези качества. Те не успяват да изпитат чувство на сигурност, на уважение към себе си и към другите.

Родителите искат децата да бъдат учтиви, а те проявяват грубости; да бъдат отговорни, а те не са такива, да бъдат щастливи, а те не са. Защо става така? Труден въпрос с много отговори. Един от най-важните отговори е свързан с общуването. Да се разговаря със децата е истинско изкуство. Често техните послания са толкова добре кодирани, че за възрастния човек е трудно да ги разшифрова.

Често родителите се ядосват на разговорите си с децата, защото понякога те не водят доникъде. Родителите се стремят думите им да бъдат убедителни, но те знаят колко много усилия им коства това. Не една майка споделя:”Убеждавам сина си, говоря му, но той не ме чува. Чува само, когато му викна”.

Децата от своя страна често се съпротивляват на разговорите с родителите. Те негодуват, когато ги поучават и критикуват. Всеки внимателен наблюдател дочул разговор между дете и родител ще установи колко малко едната страна слуша другата.

Диалогът звучи, като два монолога, първият от които съдържа упреци и обвинения, а вторият – опровержения и молби. Трагедията от подобно общуване произтича не от липсата на любов, а от липсата на уважение, не от липсата на интелигентност, а от липсата на умение. Общуването с децата е пълноценно, когато успеем да преодолеем родителското си неодобрение и проявим нов тип отношение, в основата, на което стои разбирането. Детето не е в състояние да слуша никого, когато е обзето от силни емоции. В такъв момент то не може да приеме утехата, съвета или уместния укор. То очаква от нас да го разберем. По-лесно бихме помогнали на детето си, ако знаем какво става с него и какво изпитва. Най-често, когато децата създават проблеми ние се гневим. Когато сме ядосани се държим така, сякаш сме загубили разсъдък си. В момент на гняв казваме на децата си такива неща, които не бихме казали и на най-големия си враг.

Когато нещата преминават изпитваме вина и твърдо решаваме, че това няма да се повтори. Но гневът скоро пак ни завладява и проваля добрите ни намерения. Гневът е най-скъпо струващата емоция в отношенията между родителите и децата. Нормално е да се ядосваме, нормално е да изпитваме гняв към неща, които ни дразнят, но неумението да контролираме отрицателните емоции още повече засилва проблема. Ако не успее да овладее гнева си по-добре е родителят да сподели какво чувства “Ядосана съм, заради постъпката ти”, “Дразня се, когато не си оправил стаята”...Квалификации за личността на детето, от типа “ти си безотговорен “...не само, че ще влошат положението, но биха могли при продължително повтаряне да формират личностни дефицити.

ОБЩУВАНЕТО между родители и деца е труден процес, но не и невъзможен. В основата му стои разбирането на детето и преодоляването и контролирането на собствените негативни чувства.

Когато детето желае да сподели свои проблеми, когато търси помощ или защита, твърде вероятно и естествено е то да се чувства притеснено и объркано от своите преживявания и въпроси.

КАКВА Е РОЛЯТА НА РОДИТЕЛЯ В ТАЗИ СИТУАЦИЯ? Става дума за цялостното му поведение, чрез което той би могъл да създаде атмосфера на доверие и приемане, добронамерено да предразположи детето към не притеснително и открито общуване. **ДОБРИЯТ РОДИТЕЛ ПРЕДИ ВСИЧКО Е ДОБЪР СЛУШАТЕЛ.**

Важни елементи при умението ни да слушаме е вниманието и окуражаването. Освен вербални сигнали /чрез думи/, ние изпращаме и невербални /начинът, по който седим, движенията ни, жестовете, усмивка, мръщене, свиване на ръцете и др/. Родителят трябва да се опита да види проблема с очите на своето дете. Слушането е сложно умение, на което човек може да се научи.

Следващото значимо умение при общуването с децата е **ЗАДАВАНЕТО НА ВЪПРОСИ**. Има различни начини на задаване на въпроси. И всеки един от тях би провокирал някаква реакция. Един неподходящо зададен въпрос може да доведе до гняв и негодувание. Но задаването на въпрос би могло също и да постави взаимоотношение на доверие и подкрепа. Ефективният родител умее да задава въпроси, на които не може да се отговори само с “да” и “не”. Този тип въпроси се наричат **ОТВОРЕНИ** и обикновено започват с “Как...”, “Какво...”. Използването на думата “защо” при задаването на въпроси поставя детето в защитна позиция и го кара да се чувства, сякаш трябва да оправдава чувствата и действията се. Въпросът “Защо?...” не е особено подходяща формулировка, когато се интересуваме от чувства, мисли, мотиви и подбуди. Насърчавайте детето си да описва своите чувства и мисли и причините, които го разстройват. Задавайте отворени въпроси от типа:

Как се чувстваш по повод на това, което се е случило?

Какво точно стана?—

Как ти въздейства?—

Каква беше твоята реакция?—

Как мислиш, че трябва да постъпиш?—

Какви идеи би предложил за преодоляване на— проблема?

Как ще обясниш— ситуацията?

Разкажи ми, какво— се случи?

Родителят може да помогне за постигането на емоционална стабилност на децата си чрез АКТИВНОТО СЛУШАНЕ. Колкото по-добре слушаме това, което ни казват децата, толкова по-добре ще ги разбираме. Слушането е труден процес. Често възрастните се затрудняват да слушат децата без дадат съвет или да направят някаква забележка.

Другият важен момент е детето да се ангажира с предлагането и избирането на решение за решаване на проблема. Назиданията трябва да бъдат избягвани. Те прибавят срам, чувство на вина и гняв. А тези емоции най-често провокират включването на някой защитен механизъм.

Когато показвате разбиране и съчувствие има по-голяма вероятност децата ви да разберат грешките си и да се поучат от тях. Опитвайте се да сключвате споразумения. Не очаквайте, че децата винаги ще изпълняват поетите обещания, но когато виждат, че вие държите и спазвате обещаното пред тях, постепенно ще формират точност и ангажираност.

Контролирайте собствените си емоции. Помнете, че гневът е лош съветник и не би решил никакъв проблем, точно обратното би го задълбочил.

Много родители смятат за свое задължение да решават всички проблеми вместо децата си. Тази позиция, както и противоположната, че децата трябва да решават проблемите си сами са крайни и не ефективни.

ПОМАГАЙТЕ НА ДЕЦАТА СИ ДА ПРАВЯТ ИЗБОРИ. Нека те да знаят, че при даден проблем съществуват много варианти на решение. Всяко едно решение би довело до определени последици. Когато говорите с тях за различните варианти и техните последици, те по-лесно биха могли да направят своя избор. По-добре е да се правят грешни избори, отколкото нищо да не се прави въобще. При грешен избор могат да се анализират грешките и това да се превърне в натрупване на опит, който да се трансформира в знание.

Опитвайте се вместо да реагирате на лошото поведение да реагирате на мотива, който стои зад него. Всяко поведение е провокирано от някаква причина или скрит мотив, свързан с неосъзнатите убеждения. Важно е да разберем убежденията, заради които децата вършат нещо с негативна насоченост. С промяната на погрешното убеждение променяме и поведението.

Когато знаете какво мислят децата за себе си, за другите и света около тях по-лесно ще можете да оказвате положително влияние. Научете ги да споделят с вас. Създавайте взаимоотношения на взаимно доверие и зачитане на различията.

Човек може да общува не само с другите, а и със себе си. Това е умение, което се запазва през целия живот и от него зависят позитивните или негативните мисли и нагласи, самооценката, убежденията, увереността и т.н.

Междупersonностното общуване е взаимодействие, колкото индивидуално, толкова и социално.

Изградените семейни модели на общуване се пренасят и в общуването извън семейството - в училище, сред приятелския кръг и другото обкръжение. Ако детето не е формирало самостоятелно отношение и изграждане на лични позиции в семейството в

периода на пубертета ще попадне под силното влияние на приятелския кръг или референтни групи. Не винаги това влияние е с положителна насоченост.

Ефективното общуване е процес на взаимодействия между двама или повече човека насочено към съгласуване и обединяване на техните усилия за установяване на позитивни взаимоотношения и за постигане на общи резултати. Процесът на общуване оказва влияние върху всички страни включени в него. В основата на този процес е КОМУНИКАЦИЯТА. Тя бива:

Вербална— /словесна/

Невербална —

Невербалната комуникация се осъществява чрез движения на тялото и позата, жестове, мимики, промяна в изражението на лицето, погледа, усмивката, жестове с ръцете и т.н.

Ефективното междуличностно общуване между родители и деца може да се осъществява чрез различни форми, но като специфичен човешки продукт, то винаги кореспондира с потребността от обич, доверие, разбиране.

Всеки родител обича детето си. Но обичта означава да бъдеш с детето си, да бъдеш внимателно и толкова дълго, докато се убедиш, че то вече умее да взема правилни решения. Някак си несъзнателно ние като че ли показваме по-лесно раздразнението и гневът, отколкото обичта към децата си. Обичта означава нещо повече от това да се грижиш за детето. Тя е свързана с това да останеш до него и да споделиш неговото щастие, успехи, неуспехи и разочарования и да го подкрепиш в реализирането на най-трудните му избори, дори когато не си съгласен с тях.

Камелия Мирчева
психолог и обществен възпитател