

Некоторые принципы ведения разговора

От событий к отношениям. Когда ребенок спрашивает или рассказывает о каком-нибудь событии, иногда правильнее откликнуться не на само событие, а на связанное с ним чувство.

Шестилетняя Катя пожаловалась, что "в последнее время" подарков больше дарят брату, чем ей. Мать не отрицала этого обвинения. Она не стала объяснять девочке, что брат старше и поэтому получает больше. И даже не пообещала исправить "несправедливость". Мать знала, что детей гораздо больше волнует отношение родителей к ним, чем количество и размеры полученных подарков. Кате она сказала:

- Ты боишься, что я люблю тебя не так сильно, как брата?

И без лишних рассуждений мама крепко обняла дочь, которая ответила ей радостной улыбкой. Так кончился этот разговор. А ведь при других обстоятельствах он мог стать бесконечным спором.

От событий к чувствам. Семилетняя Галя вернулась домой очень взволнованной. Она рассказала матери, что ее подружку Дашу мальчишки столкнули с тротуара прямо в грязь. Мать не стала расспрашивать Галю о подробностях, а вместо этого сказала:

- Ты, наверное, так переволновалась.

- Ты рассердилась на этих мальчишек.

- Ты все еще злишься на них.

На все эти утверждения девочка отвечала: "Да!" А когда мать спросила: "А ты не боишься, что они и тебя толкнут с тротуара?" - то Галя решительно ответила: "Пусть только попробуют - я потащу их за собой. Ка-ак они шлепнутся в грязь!" И, представив себе эту картину, девочка громко засмеялась. Разговор закончился удачно. А мог стать для девочки всего лишь скучным поучением, не прояви мать должного умения.

От общего к частному. Когда ребенок дает себе, своим способностям некую оценку, не стоит просто соглашаться с его словами. Надо дополнить высказывание замечаниями, которые покажут, что мы все понимаем.

Когда сын говорит: "У меня плохо с арифметикой", мало толку дать такой ответ: "Да, считаешь ты плоховато". Также ни к чему не приведут ни упорные утверждения обратного, ни попытки "дешево и сердито" отделаться советами типа: "Если бы ты больше занимался, дела шли бы лучше". Поспешно оказанная "помощь" лишь подрывает у ребенка веру в свои силы, а ответ в виде прямого внушения не позволит в дальнейшем доверять вам свои опасения.

Если ребенок говорит: "У меня плохо с арифметикой", нужно встретить его слова пониманием и сочувствием. Отвечать можно примерно так:

- Арифметика - нелегкий предмет.
- Некоторые примеры очень трудно решить.
- Тебе и так трудно, да еще учитель сердится.
- Ты, наверное, ждешь не дождешься, когда урок кончится.
- Когда урок кончается, ты чувствуешь себя спокойнее.
- Наверное, ты боишься, что мы разочаруемся в тебе.
- Мы знаем, что бывают трудные предметы.
- Мы верим, что ты сделаешь все, что можешь. Один двенадцатилетний школьник сообщил мне, что был "страшно поражен", когда его отец с подобным пониманием отнесся к полученной им двойке. Мальчик тут же дал себе слово исправить оценку.

Многие дети объявляют родителям о своей глупости, и те бросаются их переубеждать и утешать. Но заставить ребенка сразу же изменить мнение о себе самом невозможно. Как сказал один мальчик отцу: "Я знаю, папа, что тут ты действуешь из лучших побуждений, но я не так глуп, чтобы поверить тебе, что я умный".

Ребенок дает своим способностям отрицательную оценку. И лучше всего показать ему, что мы понимаем, какие сложные чувства скрываются за столь простым утверждением.

Сын. Я глупый.

Отец (серьезно). Ты и вправду так думаешь? Тебе кажется, что ты плохо соображаешь?

Сын. Да.

Отец. Ты, наверное, очень переживаешь.

Сын. Да.

Отец. В школе ты, наверное, боишься получить плохую оценку.

- Когда учитель вызывает тебя к доске, ты теряешься.

- Ты боишься, что скажешь что-нибудь не так и ребята будут над тобой смеяться.

- И поэтому часто ты совсем не хочешь отвечать.

- Я совсем не считаю тебя глупым. Но у тебя другое мнение о себе.

Может быть, такой разговор и не приведет к немедленной перемене мнения о собственных способностях, зато ребенок будет думать: "Мой отец меня понимает. Если он не считает меня глупым, может, это и в самом деле так?" Сын почувствует уверенность в своих силах и постарается стать таким, каким видит его отец.

Двойственные чувства

Дети любят нас и в то же время нас не выносят. Они чувствуют себя двояко по отношению к родителям, учителям, вообще ко всем людям, которым должны подчиняться. Родителям трудно признать существование двойственного отношения к людям и событиям. В себе они его не любят, в своих детях не терпят. Но можно научиться принимать такое положение вещей. Чтобы в доме не было лишних конфликтов, дети должны знать, что подобные чувства вполне естественны и нормальны. Родителям надо выражать эти чувства вслух, тем самым признавая их реальность:

- Ты и любишь свою учительницу, и не любишь ее.

- Кажется, ты восхищаешься старшим братом, но в то же время он тебя возмущает.

- Ты не знаешь, что делать: тебе хочется поехать в летний лагерь, но и дома остаться тоже неплохо.

Напротив, высказывания такого типа только вредят отношениям с детьми:

- Ты сам не знаешь, чего хочешь! Сегодня тебе нравятся твои друзья, а завтра ты их ненавидишь. Прими хоть какое-нибудь решение, если ты на это способен!

Трудно понять и принять существование двойственных чувств. Но если мы не можем регулировать появление отрицательных эмоций, то вполне можем решить, когда и как их проявлять. При этом необходимо знать, что именно мы чувствуем. В этом - суть проблемы. Детей необходимо научить узнавать свои чувства. Для ребенка гораздо важнее знать, что он чувствует, чем знать, почему он испытывает такое чувство.

Отражение личности в "зеркале"

Как помочь ребенку разобраться в своих чувствах? Мы должны стать неким "зеркалом" его эмоций. Пусть в нем ребенок увидит свои чувства, отраженные в наших словах.

Зеркало показывает нам отражение таким, какое оно есть, не приукрашивая его и не обезображивая. Мы ведь не ждем от зеркала поучений! Задача такого "зеркала эмоций" - отражать чувства во всей их полноте и без искажений.

- Кажется, ты здорово рассердился.

- Ты его ненавидишь, конечно.

- Наверное, все это тебе совсем не нравится.

Ребенку такие утверждения очень помогают. Они четко называют чувства, которые он испытывает. Теперь он уже сам в состоянии разобраться, что делать дальше.