

Особливості спілкування з малими дітьми

Те, як дорослі (батьки, вихователі) спілкуються з дітьми, має значний вплив на сприйняття дитиною себе у цьому світі. Наша дбайлива розмова і ставлення до дитини з повагою показує, що дитина є важливою особою, спілкування з якою вартує часу і уваги. Дорослим потрібен час і практика, щоб навчитись, як вчити дітей правильної поведінки, виховуючи в той же час у них позитивне самосприйняття. Але це лише захоче дітей проявляти себе з найкращих сторін і мати позитивні емоції.

Коли дорослий уважно слухає дитину, відбуваються дві важливі речі:

- 1) Дорослий передає дитині повідомлення, що він підтримує її. Дитина відчуває впевненість і почувається важливою, коли вихователі чи батьки дбають про те, щоб дійсно вислухати дитину.
- 2) Дорослий отримує цінну інформацію про дитину. Така інформація може допомогти дорослому вибрати наступні види діяльності чи *типи взаємодії* з дитиною.

Хороший слухач чує як реальні слова, так і приховані повідомлення. Наприклад, якщо дитина запитує, чи можна їй погратися, хороший слухач знає, що дитина зазвичай просить про одну із наступних речей у дорослого:

- Уваги, тому що дитині самотньо. (*Пограєшся зі мною?*)
- Заспокоєння, тому що дитина налякана (*Мою маму забрали в лікарню минулого вечора*).
- Відповіді та інформації, тому що є речі, які дитина не знає (*Що це?*)
- Допомоги, тому що дитина не може розв'язати проблему (*Вони не дозволяють мені гратися з ними!*)
- Діяльності, тому що дитині нудно (*Я не можу знайти собі заняття*).
- Фізичної турботи, тому що є фізичні потреби, які дитина не може задовільнити самостійно (*Мені потрібно сходити в туалет*).
- Контролю, тому що дитина почуває, що її обмежують (*Я не хочу їсти цього!*)

Хоча ці потреби можуть видатись дитині дуже серйозними, ви, звичайно, можете вирішити їх за декілька хвилин. Щоб заспокоїти дитину чи дати відповідь на її запитання, не потрібно багато зусиль. Дитину також можна легко скерувати на якесь заняття чи у якесь товариство. Проміжок часу в кілька хвилин може змінити багато, допомогти дитині відчути себе в безпеці, відчути, що її цінують, або, навпаки, відчути, що її не цінують, і що це місце не є безпечним.

Вірджинія Сатір, американський психолог, наголошує, що коли дорослий не може повністю приділити увагу дитині і вислухати її, краще не прикидатись, що він слухає. Ми маємо повністю присвятити свою увагу дитині, особливо, якщо для дитини тема розмови видається особливо важливою. Звичайно, що інколи дорослі не можуть слухати. Тоді ми повинні визнати, що в нас в цей момент є інші справи, якими ми повинні зайнятись, але ми визнаємо, що в дитини є важлива потреба висловитись. Наприклад, уявіть, що ви займаєтесь дитиною, яка порізалась, а в той час до вас підбігає Марійка, яка хоче поговорити про свій малюнок. Замість того, щоб неуважно слухати Марійку, тим самим передаючи їй повідомлення «Ти не є важливою особою», краще визнати потреби обидвох дітей і сказати: «Марійко, зараз я допоможу Дімі, тому що він порізався. Коли я закінчу, ми разом подивимось твій малюнок». **Важливе нагадування:** якщо ви пообіцяли дитині пізніше виконати її прохання, обов'язково виконайте все, що ви пообіцяли.

Стратегія під назвою «налаштування» може допомогти покращити навички слухання і розуміння. Налаштування означає уважне ставлення до слів і почуттів дитини. Налаштовуючись, ми виявляємо повагу до поглядів дитини і пропонуємо допомогу, якщо це необхідно.

Коли дитина передає повідомлення, подумайте: «Що відчуває дитина, що вона просить?» Для цього потрібно подивитись на речі з перспективи дитини. Для цього також потрібно зробити свої судження щодо слів чи почуттів дитини. Наприклад, якщо Оленка каже: «Ти завжди граєшся з Сашком, а зі мною ні», вона, можливо, відчувається самотньо і шукає товариства або, можливо, хоче, щоб її заспокоїли. Спробуйте сформулювати таке речення: «Здається, ти хочеш, щоб я приділяла увагу і тобі, чи не так?» Важливо перевірити, наскільки точно ви зрозуміли. В іншому прикладі Сашко говорить: «Мені немає чим зайнятись». Запитайте себе, що він відчуває чи просить. Ви можете відреагувати наступним чином: «Інколи важко вирішити, що робити. Хочеш, я допоможу тобі щось розпочати?»

Вислуховуючи дитину, ви даєте їй відчуття власної важливості і приналежності. Коли ви вислуховуєте дітей, вони навчаються вислуховувати один одного. Вони відчуватимуть і знатимуть, що вони всі є важливими членами групи.

Коли ми дійсно слухаємо дітей, ми передаємо їм повідомлення про їх цінність і важливість. Ми допомагаємо їм формувати позитивну самооцінку. Ми пояснюємо їм їхні почуття і вчимо, як ефективно взаємодіяти з іншими. Ми також створюємо атмосферу безпеки, в якій діти можуть рости і вчитись. Це проста стратегія, але вона забезпечує хороші результати.

Слова, які використовуються у спілкуванні з дітьми, мають бути конкретними, описовими, не містити суджень. Конкретні слова дозволять дітям точно зрозуміти, чого від них чекають, нерозуміння тоді стає малоімовірним. Наприклад, часто недостатньо вихователю просто сказати: «Давайте прибирати». Якщо прийшов час для прибирання, тоді повідомлення має бути конкретним: «Прийшов час прибирати. Будь ласка, поскладайте головоломки назад на полиці».

Позитивні заохочувальні повідомлення потрібні, щоб дитина прикладала зусилля, покращувала чи просто добре робила певну роботу. Вони допомагають розвинути у дитині впевненість, почуття значущості. Кожній дитині такі повідомлення потрібні щодня.

Важливо, щоб діти усвідомлювали свою значущість. Визнавайте покращення і зусилля дитини, а не лише виконання певної роботи. Поважайте дитину. Ваша повага стане основою для розвитку самоповаги в дитині.

Позитивні повідомлення, що стосуються виконання певної роботи, можуть передаватись безпосередньо дитині, дитина може почути, як інші люди обговорюють виконання нею певної роботи, це може бути позитивне повідомлення, яке дитина передає собі сама.

Позитивні повідомлення мають бути конкретними і точно вказувати, що саме дитина зробила добре: *«Ти сама змогла нанизати 4 намистини. Молодчина!»*

Повідомлення мають бути максимально описові і містити якомога менше суджень. Наприклад, замість *«Мені подобається, як ти склала цю головоломку»*, скажіть: *«Ти сама визначила, як скласти цю головоломку. Молодчина.»* Таким чином, ця вправа менше буде пов'язана з вашим схваленням і дитина буде сама допомагати собі.

Заохочення сприяє розвитку почуття відповідальності, усвідомлення власних можливостей: *«Ти багато часу попрацювала, будуючи будиночок з кубиків»*, *«Ще недавно ти й сходинки не міг сам пройти, сьогодні дійшов аж догори!»*, *«Дякую, що допомогла Борису надягнути куртку. Тепер він може йти на прогулянку»*, *«Ти добре витер усю воду з підлоги - там взагалі не залишилось води»*, *«Це була хороша ідея запросити Маринку працювати лікарем в лікарні. Вона також хотіла гратися з вами»*.

Позитивні повідомлення допомагають дітям відчувати гордість зв себе і за роботу, яку вони виконують. Коли пояснюються причини, а не лише передається повідомлення чи висловлюється прохання, дитина може відчувати, що вона робить щось важливе і значуще.

Повідомлення про зміни сприяють розвитку самооцінки, якщо вони передають повагу до дитини. Такі повідомлення можна сказати ніжно. (Наприклад, *Коли ти ..., то можеш поранити себе або інших; знайди кращий спосіб зробити це* потрібно сказати з любов'ю, повагою, але твердо.) За допомогою таких повідомлень діти дізнаються, що вам не завжди подобається те, що вони роблять, але вони завжди можуть знайти спосіб покращити ситуацію.