Почему ребенок нас не слышит?

Очень часто случается так, что детям приходится повторять свою просьбу несколько раз, но ребенок нас не слышит, и мы переходим на крик. Постепенно кричание на ребенка входит в привычку и это, к сожалению, становится обычным, нормальным стилем общения между детьми и родителями. Разве это норма? Давайте разберемся, почему ребенок нас не слышит. На это есть несколько причин.

Причина 1

Когда ребенок поглощен своим занятием, он действительно может вас не слышать. Помните, что мозг ребенка – особенная структура, которая сильно отличается от той, которая есть у нас, взрослых. Мозг еще только развивается и работает немного иначе. Чтобы вам было легче понять, что чувствует ребенок в тот момент, когда занят игрой, а вы пытаетесь до него докричатся – представьте себе аквариум, наполненный водой, вокруг вашей головы. Весь посторонний шум (а именно так воспринимаются мамины крики) доносится как сквозь толщу воды и его достаточно легко игнорировать.

Причина 2

Так возможно, что у вашего ребенка от природы замедленная реакция. Да, некоторым детям нужно больше времени, чтобы переключиться с одного дела на другое и это нормально.

Вы наверняка замечали такое и среди взрослых: такие черты не проходят с возрастом. Многим из нас нужно время, чтобы начать новое дело, а некоторые наоборот, легко перескакивают от одного к другому. Наблюдайте за вашим ребенком, и вы узнаете о нем много нового.

Причина 3

Конечно, бывает так, что крик стан6овится нормой, и тогда нужна только еще более высокая доза крика, чтобы привлечь внимание. Получается, что ребенок привык игнорировать слова, особенно, если мама обычно «просит по-хорошему», т.е. ласково, нежно и едва слышно. То не потому что ребенок не любит хорошее обращение, а просто потому что ваши слова не сигнализируют для него что-то важное. Если кто-то ласково будет пропевать «Пожар», вы тоже пропустите мимо ушей.

Основные ошибки, которые делают мамы

И все же, почему «по-хорошему» не получается? Если вы постоянно даете инструкции, делаете множество замечаний, то становитесь для ребенка привычным фоном, который он перестает слышать.

Еще одна распространенная ошибка в том, что вы даете указания, а выполнение их не отслеживаете.

Ошибка 1. Обычно наши объяснения включают слишком много действий. Просьбы типа «убери в комнате», собирайся на улицу», «давай заниматься» - то целый алгоритм последовательных действий. Если у ребенка он еще не автоматизирован, то считайте, что начать ребенку будет очень сложно. И тогда высока вероятность, что ребенок будет оттягивать, отнекиваться, и искать оправдания. Если ваш ребенок импульсивный, легко отвлекается или параллельно заинтересован чем-то другим – поднять его также будет очень тяжело.

Ошибка 2. Объяснения «по-хорошему» обычно звучат абстрактно. Инструкция типа: «Веди себя хорошо», «Успокойся» - для маленького ребенка до 5 лет может быть банально непонятна. А сложность вызывает протест. В таком случае дробите свои просьбы, конкретизируйте их, делите на маленькие шаги. Так вы повышаете шансы на успех.

Ошибка 3. Объяснения «по-хорошему» требует от ребенка недюжинного самоконтроля для того чтобы самому начать действие, выполнить его до конца и не отвлечься на полпути. Такой высокий уровень самоконтроля формируется постепенно и даже подростки из-за низкой мотивации могут сходить с дистанции и нуждаться во внешних стимулах. Поэтому проверяйте, не сбился ли ребенок, держите контроль сначала в ходе всего процесса, затем лишь в контрольных точках.

*Как помочь ребенку услышать вас? Как все-таки совладать с непостоянным вниманием ребенка и перестать чуть что кричать? Есть несколько простых правил.*

Правило 1: Одна инструкция - одно действие

Если у вашего ребенка есть сложности с тем, чтобы отзываться на ваши просьбы, ваша инструкция должна содержать ОДНО конкретное действие. Можно считать это золотым правилом дошкольников. Потом ребенок станет постарше и повнимательней, и вы сможете давать более сложные инструкции, но пока – максимальная конкретика.

Правило 2: Избегайте отрицаний

Если используете отрицания и говорите, как делать не надо, сразу добавляйте, как делать надо. Например, «Не кричи – говори тише, вот так» или «Не играй мячом в доме – с мячом можно играть только на улице!» и так далее. Это очень важное правило, потому что часто наши инструкции содержать запрет, но при этом лишены обучающего момента. Как же ребенок узнает о том, как надо себя вести, если вы не будете постоянно на этом акцентировать его внимание? Наша задача – научить ребенка.

Правило 3: Контроль за выполнением.

Часто мы говорим ребенку что-то сделать, и даже не проверяем, услышал он нас или нет. К сожалению, за детьми, особенно маленькими (5-7 лет) нужен контроль. Обязательно проконтролируйте, чтобы ребенок начал выполнять вашу инструкцию после того как услышал. Получилось – похвалите. Затем можно давать следующее задание.

Привлеките к себе внимание ребенка: возьмите его за руку, загляните в глаза и вы поймете, услышал он вас или нет. Очень хорошая привычка – предупреждать ребенка заранее: «Через 15 минут мы ложимся спать» или «Через 5 минут садимся ужинать».

Когда вы обращаетесь к ребенку, сначала проверьте, не заняты ли его руки, глаза, мысли чем-то другим. Вам необходимо завладеть его вниманием. Когда ваш ребенок вас услышал, ему нужно не только переварить вашу просьбу, но и переключиться от предыдущего занятия, завершить его.

Будьте настойчивы. Не спорьте и не торгуйтесь. Маленьким детям можно помочь подсказками – показывая жестами, что и как. К детям постарше нужно подойти поближе и убедить, что это дело отложить нельзя и попросить приступить прямо сейчас.

Иногда для ребенка настоящая трагедия – уйти с улицы, оторваться от игры, выключить мультик. Пока ребенок научится справляться с эмоциями, понадобиться время. Но это не значит, что настаивать не нужно.

Обязательно похвалите, если ребенок вас услышал и начал делать то, что вы его попросили. Если вы что-то пообещали или запретили – будьте последовательны, ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНО!

*Самое главное – запустить процесс выполнения вашей просьбы в короткое время. Так вы научите ребенка внимательно относится к вашим словам. Он просто запомнит связь «мама попросила» - «нужно сделать».*