

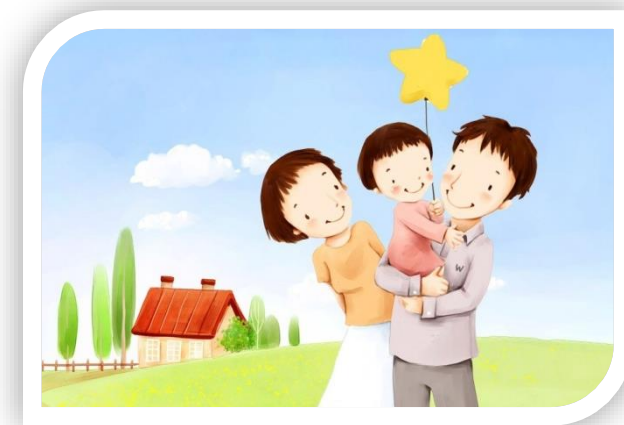
«Слушать» и «слышать» - два близких, но по сути разных умения.

Умение слушать - в первую очередь умение слушать так, чтобы ваш собеседник хотел вам рассказывать, говорил открыто и с удовольствием, а умение слышать - это умение слышать именно собеседника, а не свои разные соображения по поводу сказанного им. Слышать именно то, что сказано, суть сказанного. **Слышать** - это процесс, в ходе которого мы стремимся понять и запомнить услышанное. Это процесс, при котором человек отбирает из всех внешних звуков те, что отвечают его потребностям и интересам.



Государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 556
Курортного района
Санкт-Петербурга

*СЛУШАЮ
И
СЛЫШУ*



Несколько простых правил умения

слушать и слышать

1. **Дайте понять ребенку, что Вы всегда его любите и принимаете таким как есть.** Когда Вы говорите детям добрые слова, происходит эмоциональная подпитка, которая помогает им развиваться и создается высокая самооценка.
2. **Уделяйте больше внимания неречевому общению с ребенком.** Чаще улыбайтесь, обнимайте его. Ученые доказали, что человеку необходимо 8 объятий в день, чтобы чувствовать себя нормально.
3. **Старайтесь, чтобы Ваши слова не расходились с делом.** Ребенок может перестать доверять Вам и начать делать то же самое. В общении родителей с ребенком не должно быть никакого лицемерия. Старайтесь обходиться без нравоучений.
4. **Не вмешивайтесь, когда ребенок не просит помощи.** Просто поддержите его. Иногда ему нужно получать и отрицательный опыт, видеть последствия своих поступков.
5. **Не отказывайте ребенку в помощи из "педагогических соображений",** помогите ему, если он не может справиться сам – сделайте это вместе.
6. **Ничего не навязывайте,** дети сами будут делать то, что им действительно интересно.
7. **Учитесь слушать своего ребенка,** ведь именно в общении Вы узнаете о его переживаниях и потребностях. Старайтесь понимать без слов: есть вещи, о которых детям трудно говорить прямо. Не оставляйте его без поддержки наедине со своими переживаниями.
8. **Уделяйте ребенку максимум внимания:** читайте, играйте, занимайтесь. Часто плохое поведение детей вызвано

недостатком внимания со стороны родителей и они любимыми способами пытаются добиться его.

9. **Показывайте, что Вы своему ребенку доверяете,** делитесь чувствами, спрашивайте как правильно поступить. Общайтесь с детьми на равных.

10. **Не спорьте с ребенком,** ведь спор увеличивает расстояние между людьми. Просто спокойно, по-доброму объясняйте свою точку зрения.

11. **Правильно реагируйте на его поведение,** старайтесь понять, что заставило ребенка поступить именно так. Всегда оценивайте поступок, а не личность ребенка. Дайте понять ему, что Вы его все равно любите.

12. **Чаще говорите "пожалуйста", "спасибо",** учите хорошим манерам и правильному поведению на своем личном примере.

Ошибки при общении

Угрозы и запугивание быстрее всего прочего уничтожают сердечность близость открытые и честные *взаимоотношения*

• **Гнев и ругань** характерны для борьбы характеров в которой никто не ищет решения и никто не идет на компромисс В результате этого окружающие вас люди испытывают состояние подавленности или хронического раздражения

• **Любая попытка манипулировать партнером давить на него, чтобы получить желаемое (обманывать, кричать, плакать, подчеркнуто молчать)** не проходит бесследно Доверие может основываться только на честности когда нет места притворству и давлению Постоянные попытки влиять на человека таким образом вызывают раздражение

• **Использование знания о слабых сторонах человека** - порочное поведение которое может навсегда посорить с собеседником

• **Постоянные напоминания о старых грехах** - весьма бесполезное занятие если только они прямым образом не связаны с темой вашего разговора Вместо того чтобы ворошить прошлое говорите о том что требует разрешения в конкретный момент

• **Негативные ярлыки (ничтожный, посредственный, ленивый т.д.) и личные оскорбления** порождают обиду и негодование Постоянные упоминания о недостатках человека лишают его веры в собственные силы

• **Прямые обвинения и попытки вызвать у собеседника чувство вины** порождают протест и желание ответить тем же

• **Позиция «Я прав, а вы - нет»** препятствует стремлению достигнуть компромисса Всегда помните что ваше понимание ситуации - не единственно возможное

• **Требования и ультиматумы** часто приводят человека в ярость или вызывают протест Попробуйте на время забыть что у вас великолепный командный голос Никогда не стоит угрожать или намекать на возможные страшные меры пытаясь вынудить человека к сотрудничеству

• **Преувеличенные обобщения** с использованием таких слов как *всегда, никогда, все, когда-либо, еще, навсегда* - вероятнее всего дань эмоциям Они преувеличивают значимость происходящего или совершенного человеком поступка осуждая его.