



*Время прочтения: 3 минуты*

*Автор: Анна Быкова*

Вопрос непростой. Даже взрослые люди, бывает, не слышат с первого раза. Ведь и про мужей, и про сотрудников часто можно услышать подобные жалобы: «Я говорю, говорю, а как об стенку горох. Вот как еще человеку сказать?» Но, может быть, эти взрослые выросли из детей, которых не научили слышать с первого раза? Попытайтесь научить этому ребенка все же стоит.

### **Алгоритм следующий:**

#### ***1. Прежде всего, убедитесь, что вас внимательно слушают.***

Так бывает, что ребенок поглощен игрой или творчеством и действительно не слышит. Кстати сказать, я, когда пишу текст или разрабатываю программу тренинга, настолько сконцентрирована на процессе, что совершенно выключена из окружающей действительности. Чтобы я что-то в этот момент услышала, нужно либо очень-очень громко позвать, либо прикоснуться. Второй вариант приятней. Не люблю громких звуков. Поэтому сама в аналогичной ситуации тоже подхожу, кладу руку на плечо, привлекая к себе внимание, могу даже немного к себе развернуть. И только убедившись, что я таки попала в центр внимания, начинаю говорить.

Вы когда-нибудь разговаривали с маленьким ребенком, который очень хочет сказать вам нечто важное? Который аж захлебывается словами, чтобы успеть рассказать вам все, что рвется наружу. Ребенок в таком случае обычно даже фиксирует голову взрослого двумя руками, чтобы удержать внимание.

Да-да, обхватывает пухлыми ладошками, так, чтобы взрослый не смог отвернуться. А то вдруг отвернется и не услышит важную важность. Я помню забавный случай, когда папа сказал двухлетнему Арсению: «Я тебя внимательно слушаю. Только, пожалуйста, отпусти мои уши».

Держать ребенка за уши совершенно лишнее. Но можно держать его за плечи. В принципе, достаточно установить глазами зрительный контакт. Если меня 100% увидели, то вероятность, что меня услышат, существенно возрастает. Когда вы что-то говорите глаза в глаза, это очень трудно пропустить мимо ушей. Я много раз наблюдала, как дети младшей группы детского сада, когда что-то хотят сказать приятелю по играм, руками разворачивают его к себе. Они искренне хотят быть услышанными.

Еще очень важно обращаться по имени. Или даже просто обращаться. Сказанное без обращения – это чаще всего обращение в никуда и эффект от этого никакой. По опыту педагогической деятельности могу сказать, что «Прибираем игрушки» пролетает мимо гораздо чаще, чем «Ребятки, глазки свои на меня подняли! Подошло время обеда. Начинаем все прибирать игрушки».

## ***2. Убедитесь, что ребенок вас действительно услышал.***

Слушал и услышал – это не одно и то же. Визуально человек вроде бы и слушал, и в глаза смотрел, и, может быть, даже кивал или «угукал», а сам мыслями где-то очень далеко был. На всякий случай лучше переспросить. Что-то типа этого: «Ты меня услышал? О чем я сейчас попросила? Катя, что мы сейчас будем делать?» И если ответ совпал с тем, что вы до этого говорили – поздравляю, вы услышаны. Это только первое время кажется, что слишком много всяких «реверансов». Потом это входит в привычку и всеми нормально воспринимается.

Арсений, заканчивай игру, через 5 минут ужин

- Угу

- Что значит «угу»?

- Я понял, через пять минут ужин.

Как говорится, слушайте и не говорите, что не слышали.

## ***3. Договоритесь о последствиях***

«Я говорю, говорю, а как об стенку горох». Конечно. Если «говорю, говорю», то можно и дальше говорить, говорить, говорить... Зачем слышать с первого раза, если будет и третий, и пятый? Чтобы научить слышать с первого раза, нужно говорить один раз. И предупреждать о последствиях. «Я не буду накрывать на стол дважды» Тот, кто вовремя не придет к столу, останется голодным. Либо будет сам себе разогревать и накрывать на стол. Зависит от договоренностей.

Тот, кто не услышал, что надо прибирать игрушки, будет вечером сидеть без игрушек. В детском саду общее правило: «Кто не прибирает, тот и не играет».

Тот, кто не услышал «Несите мне грязные вещи, я запускаю стирку», будет сам руками стирать свои брюки. Не потому что я вредная. А потому что брюки нужны уже завтра, а стиральную машину поздно вечером я не включаю, ибо во время отжима её звук нарушает сон безвинных соседей по панельной многоэтажке.

Тот, кто не услышал «Надо быстро одеваться. Если через 10 минут не выйдем, то опоздаем в кино», опоздает в кино.

Конечно, чтобы это сработало, надо, чтобы договоренности всегда исполнялись и последствия наступали.

Кстати, на взрослых этот алгоритм тоже работает. Я проверяла. «Контрольные, не сданные до указанного срока, проверять не буду. Опоздавшим со сдачей автоматически в журнале в колонке за контрольную рисую 2» Сурово. Зато сроки сдачи студенты слышали с первого раза.

- ⚠ **ВНИМАНИЕ!** Очень важные дополнения по применению алгоритма. Обязательны к прочтению.
- ⚠ Не применять третий пункт без первых двух. Это негуманно.
- ⚠ Учить детей не только последствиями, но и личным примером. То есть, обязательно слышать своего ребенка с первого раза.

<https://vk.com/psykor>