Перечитала книгу **Заряны и Нины Некрасовых «Обойдёмся без капризов».** Эта книга о том, как нужно дружить с детьми, играть, советоваться, спорить. С ними можно просто расти. И становиться мудрее.

Как уложить ребёнка спать и поднять утром в школу, не теряя нервных клеток? Как помочь ребёнку, которого дразнят? Что говорить, чтобы ребёнок Вас услышал. Авторы книги помогут Вам ответить на эти вопросы. В книге есть замечательные советы, игры, практикумы, тесты.

Советую всем родителям прочитать эту книгу!

**Отрывок из книги «Обойдёмся без капризов»[[1]](#footnote-1)**

**Два уровня общения и три ошибки**

Уровень общения между людьми бывает разный:

- деловой (познавательный, рациональный);

- эмоциональный.

Как мы чаще я с подросшими детьми общаемся? На уровне деловом.

Вот пришёл человек из школы, вы спрашиваете: «Как дела? Вызывали к доске? Что за контрольную получил?» Да что там из школы. Вот вы забрали своего малыша из детского сада, вот он летит вам навстречу! И припомните, какие вопросы поставим вперёд: «Что кушал?» или «Как настроение?», «Спал в тихий час?» (в смысле - не хулиганил ли) или «Соревнования были? Да ну! И ты канат перетягивал?! Расскажи – ка!» Знать , что да как, о ребёнке нужно, но вредно общаться только на таком деловом уровне. Детям гораздо важнее эмоциональный. Уровень чувств, уровень эмоций, уровень нашей любви.

Итак, мы чаще общаемся на познавательном уровне, а ребёнку нужен в первую очередь уровень эмоциональный (уровень чувств, эмоций). Без него ребёнок не чувствует самого главного: нашей любви. Это **первая** ошибка.

И вот её результат: чтобы почувствовать нашу любовь, ребёнок вынужден эмоционально «раскачивать» нас. Проще говоря, дитя начинает вредничать. Зачем? Чтобы вывести из равновесия, чтобы почувствовать: «я маме – папе не безразличен! Они интересуются мной».

Теперь об ошибке **второй.**

Вспомните, когда вы больше всего на ребёнка обращаете внимание? Когда наиболее эмоционально реагируете? Когда тихо сидит да, посапывая, чем – то там занимается? Нет, увы…

Мы обращаем активное внимание, когда поведение детки не соответствует нашим требованиям и ожиданиям. Вот прошлёпал из ванны, и тапочки мокрые, и весь ковёр испог…(извините, нет) измочил. Когда 8.30, пора выметаться в школу, а он… Когда шум и грохот, когда не помыта тарелка, когда… В общем, на ребёнка мы обращаем внимание (и очень активно), когда он сделал что – то не так. То есть в такие моменты, когда поведение детки не соответствует ожиданиям. Нашим, естественно.

А когда соответствует? Ну, положа руку на сердце, а?

К сожалению(и это дети знают это прекрасно), когда соответствуют – не общаемся особо, занимаемся своими делами… Это **вторая** ошибка.

И вот её результат: чтобы ребёнку ваше внимание привлечь, ему приходиться «выставляться», вредничать, сопротивляться, в общем, какие – то правила нарушать.

**Мы ориентируемся на дела, поступки, слова.**

**А для ребёнка чувства важнее.**

**Скажем честно: важнее они и для нас. Для всех нас, людей.**

Чувства, эмоции – они древнее, сильнее, они перекрывают слова…Сначала ребёнок чувствует, потом – понимает. Чувства – важнее. А мы упорно считаем, что дела да слова.

Так что, если вы хотите наладить с ребёнком контакт – начинайте всегда с уровня эмоционального… С него, самого древнего, идущего из глубины и плохо подвластного разуму.

Когда настроены чувства – тогда разговор зазвучит без какофонии, как оркестр, тогда мелодия чувств поведёт за собой, и ваши слова коснутся души, и другая душа отзовётся.

Дети смотрятся в родителей, как в зеркало, в волшебное зеркало. И отражают то, что видят там. Если на эмоциональном уровне любовь мы не проявляем – безусловной любви они в нас не увидят, не почувствуют, не отразят. Это **третья** наша ошибка.

А результат – сами знаете, каков результат. Не научившись от нас улавливать истинную любовь, не обучившись её проявлению, ребёнок и сам, вполне вероятно, не сможет её проявлять. Даже когда совсем вырастет, даже когда свою семью заведёт.

И знаете, что в этом раскладе самое печальное? Да, именно это: как только теряется эмоциональный контакт, дети вместе с ним теряют уверенность в нашей любви. А без любви… Ну какая ж счастливая жизнь?!

1. **Некрасова З. В., Некрасова Н. Н.**

   Обойдёмся без капризов! Рецепты, подсказки и находки для современных мам и пап / Заряна Некрасова, Нина Некрасова. – М.: Эксмо, 2008. – 224 с.: ил. – ( Психология. Искусство быть родителем. Советуют профессионалы ). [↑](#footnote-ref-1)