**Как правильно слушать и слышать своего ребенка?**

Раньше, будучи, дошкольником и первоклашкой, ребёнок делился с вами каждым своим секретом: рассказывал, с кем он подрался в садике или в школе, кто его обидел, обозвал, о какой он мечтает игрушке, какая ему нравится учительница. Но вот ребёнок взрослеет, он уже подросток, и вы с грустью, а может и с облегчением, замечаете, что он перестал посвящать вас в свою жизнь. Вы подходите к нему с расспросами или заставляете рассказывать что-то, а он говорит: "Ой, мам, пап, отстаньте, это не интересно!"

Почему же так получается? Почему ребёнок больше не поверяет вам "тайны" свои? Быть может, вы раньше "не слышали" своего юного собеседника, не желали слушать его?

**Давайте попробуем научиться слышать ребёнка, не слушать, заметьте, а именно слышать!**

**Как стать внимательным собеседником и, главное, слушателем, для своего ребёнка?**

1. Умейте чувствовать, что интересно ребёнку, и говорите с ним об этом. Многие родители, прежде всего, интересуются школьными успехами своего чада, но, согласитесь, помимо школы в жизни столько всего увлекательного, столько вещей и явлений, о которых можно поговорить и дать высказаться ребёнку! Так, вместо того чтобы задавать ребёнку извечные вопросы: "Ну, как в школе? Какую отметку получил? Что изучаете нового?", можно поинтересоваться: "Какую музыку ты сегодня слушал(а)? Не хочешь ли на выходных сходить в театр, кино?"
2. Если ребёнок порывается что-то вам рассказать, вы видите, что его беспокоит, тревожит что-то, не совмещайте "слушание" с посторонними делами. Разговаривая с ребёнком, особенно о чём-то важном для него, не занимайтесь попутно другими делами (стиркой, готовкой и т.д.). Старайтесь уделять ребёнку хотя бы 30 минут "чистого" времени каждый день только на то, чтобы выслушать его внимательно.
3. Не засыпайте ребёнка вопросами, не устраивайте допрос. Просто помогите ему высказаться, не пытайтесь перебивать, вставлять свои комментарии. Обычно ребёнок хочет не столько получить ваш совет, рекомендацию, сколько просто рассказать о каком-то событии.
4. Не делите то, что рассказывает вам ребёнок, на важное и неважное. Порой подросток рассказывает об увиденном накануне футбольном матче, а мама говорит: "Да ну его, этот твой футбол, я в нём не понимаю, расскажи лучше, как там, в школе у тебя!" Или девочка начинает выказывать беспокойство по поводу того, что мальчик, которым она увлечена, даже не смотрит в её сторону, а мама отвечает: "Да пустяки это всё! Ещё сто таких мальчиков будет, влюбишься и разлюбишь! Не бери в голову!" Тем самым родители отмахиваются от пусть маленьких, но всё же проблем, забот ребёнка.
5. Слушая ребёнка, будьте с ним на "одной волне". Как это? Когда ребёнок что-то рассказывает, постоянно подавайте ему сигналы, знаки, подтверждающие вашу внимательность и заинтересованность: кивайте головой, смотрите в глаза, но не сверлите взглядом, лицо ваше должно выражать эмоции, сообразные, эквивалентные эмоциям ребёнка, начните дышать в акт с ребёнком, время от времени повторяйте то, что он говорит, но уже другими словами. Этот приём называется отзеркаливанием.
6. Слушая ребёнка, уважайте его вкусы, интересы, будьте к нему добры. Даже если нужна строгость, пусть она соединится с добротой в равных пропорциях. Ваши глаза должны излучать терпение, желание услышать юного собеседника.

**Научившись слышать ребёнка,**

**вы останетесь лучшими друзьями на всю жизнь!**