



ОТВЕЧАЕТ
ПСИХОЛОГ

5 вопросов ребёнку вместо «Как дела в школе?»



«Ну, как дела в школе?» — спрашиваем мы каждый день ребенка, заглядывая в телефон, отвечая на рабочие сообщения или занимаясь домашними делами. А потом обижаемся, что подростки не говорят о своей жизни. Как же разговаривать с детьми, чтобы они поняли, что вам на самом деле интересна их жизнь?

Каждому родителю хочется знать, как дела у ребёнка, чем он занимается в школе и как себя чувствует в школе. Детям и подросткам важно чувствовать, что взрослые проявляют искренний интерес, а не задают «дежурные вопросы».

Как дать ребёнку почувствовать, что ваш интерес искренен? Ответ прост: говорить на темы, которые ему интересны, которые на самом деле составляют содержание его жизни, ведь **жизнь ребенка – это не только школа.**



Со временем вы узнаете друг друга ближе и, возможно, он сам начнет охотнее рассказывать вам о своей жизни.

Мы подготовили вопросы, с помощью которых можно развить диалог и начать сближаться с ребёнком.

Как сделать первый шаг?

В каждой семье принято общаться по-разному, универсальных правил нет. Если вы чувствуете потребность в том, чтобы общаться с ребенком больше, начинайте постепенно. Не задавайте много вопросов сразу — ребенок может растеряться или почувствовать, что на него давят. Попробуйте начать с повседневных обсуждений — чаще спрашивайте, как дела и самочувствие, чем он хочет

заниматься. Здорово, если вы тоже станете больше рассказывать о своей жизни, делиться интересными событиями за день и говорить о том, что вас волнует.

ПРАВИЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ



1. Что ты делаешь на переменах между уроками?

Этот вопрос поможет понять, как устроен день ребенка: переутомляется он на уроках или, наоборот, скучает; общается ли с другими детьми или проводит перемены наедине с собой; как чувствует себя среди окружающих; умеет ли отдыхать и переключаться на другие занятия.

Перемены всегда насыщены событиями — дети общаются не только внутри класса, но и с другими ребятами из школы. Возможно, ваш ребенок захочет научить вас новой игре, о которой он узнал сегодня, поделиться веселой или грустной историей.

2. Чем бы ты хотел заняться? Может, сделаем это вместе?

Быть в курсе желаний ребенка — важная часть доверительных отношений. Постарайтесь быть открытыми к самым неожиданным предложениям: поиграть в новую видеоигру, отправиться в поход с палатками или построить замок из подушек и одеял прямо дома. Совместные занятия помогают сблизиться и в будущем могут стать приятными общими воспоминаниями.



3. С кем тебе нравится дружить и почему?



В младшем школьном возрасте кандидаты в статусе «лучший друг» могут меняться довольно быстро. Ценно, когда родитель принимает это и поддерживает ребенка — этот опыт нужен, чтобы научиться понимать, в каких отношениях ему комфортно. Обсудите, что такое дружба, и что помогает ребенку понять, считает ли он кого-то другом или нет.

В жизни ребёнка друзья играют особенно важную роль. Поэтому, если вы хотите быть близки с ним — интересуйтесь друзьями тоже. Зная историю отношений

ребенка со сверстниками, вы сможете поддержать или дать совет, если он к вам обратится.

4. Ты часто об этом говоришь. Расскажешь подробнее?



Вы можете не понимать каких-то увлечений ребенка или не знать все о его интересах, и это нормально. Например, вам необязательно помнить имена всех героев его любимого сериала, но ребенку будет приятно, если вы проявите интерес и поучаствуете в разговоре о сюжете или любимом персонаже.

В этом вопросе особенно ценны открытость и безоценочность: если вы чего-то не знаете или не понимаете, можно спросить об этом. Чтобы не ставить под сомнение важность интересов ребенка, не сравнивайте их с тем, что увлекало вас в детстве, и не давайте оценок тому, насколько интересы ребенка полезны.

5. Что бы тебе хотелось поменять в том, как мы общаемся дома?

С возрастом потребности подростка и отношения с окружающими меняются. Нужно учитывать это и расти вместе с ним. В подростковом возрасте человеку особенно важно, чтобы его или ее принимали всерьез. Если у подростка есть запрос на то, чтобы взрослые без стука не заходили в комнату или, например, советовались при выборе еды на ужин, стоит прислушаться к этому.

Пусть доверительное и эмоционально-насыщенное общение друг с другом станет доброй традицией в ваших семьях.

Ваш психолог Гусева Лариса Владимировна