

Кожен з нас має те перше, найважливіше, найдорожче, що дається нам при народженні й навіть залишається після смерті. Найважливіший маркер нашої самоідентифікації — ім'я. При знайомстві передусім ми цікавимося іменем людини; імена коханих використовуємо як паролі до акаунтів; своє ім'я красиво виводимо на персональній печатці — підписові.

А тепер проаналізуємо, як часто і в яких варіаціях чують діти своє ім'я з уст батьків. Виявляється, значно рідше, ніж могли б і хотіли цього.

Надто вже часто батьки замість називати дитину на ім'я, вигадують для неї якісь прізвиська, застосовують евфемізми тощо. Добре, якщо ці прізвиська круті й мотивуючі (про них ми невдовзі поговоримо). Та, на жаль, замість звертання на ім'я батьки використовують і принизливі прізвиська, практикують безособистісні звертання і навіть агресивні вигуки.

Ми дуже недооцінюємо значення форми звертання до будь-якої людини: те, як ми її називаємо, що вона чує про себе. А дарма. Адже слова, якими ми називаємо дитину, формують у неї сприйняття себе.

Безособистісні звертання

«Мийте руки і сідайте до столу!», «Здається, хтось там дуже загрався!», «А хто взуття складатиме, скільки я маю це повторювати?» — і ще кількасот сакраментальних батьківських фраз, які просто розчиняються у просторі. Знайомо? Авжеж. Невже після проголошення цих «магічних» фраз діти прожогом мчать мити руки, вимикають комп'ютер або біжать складати взуття? Аж ніяк. Просто ми не розуміємо, що подібні сентенції — марні риторичні фрази. Вони не вимагають ані відповіді, ані реакції. Як і риторичні питання, що не потребують відповіді. «У чому правда життя?», «Що таке щастя?», «Коли вже буде порядок на цьому столі?» Хіба не так? На всі ці запитання немає і не може бути логічної і єдино правильної відповіді. Тож годі марнувати час і нерви на слова, які не досягають мети, а тільки створюють видимість — для нас же самих, що ми «принаймні спробували впливати на дитину».

Також важливо пам'ятати, що уривчасті наказові фрази звучать радше як команди на плацу, а не звертання люблячого батька до дитини. «Стій!», «Ходи сюди!», «Негайно вимкни телевізор!» Це звучить неприємно, знецінювально, викликає бажання ухилитися від вимог, а не виконувати їх.

Просто уявіть, що впродовж робочого дня ви тільки й чутимете: «Надіслати!», «Мовчати!», «Результати звіту мені на стіл!», «Здається, до когось ніяк не дійде, що обідня перерва — не гумова!»... Якщо подібне вам казатимуть колеги або начальник, в такому колективі ви почуватиметеся просто нестерпно, адже там знецінюють, повсякчас до вас придираються й командують вами. А діти у схожій атмосфері часом живуть роками, при цьому батьки навіть не помічають, що спілкування з дитиною звели до набору коротких команд.

Якщо ж у сім'ї двоє і більше дітей, батьки мають звертатися до кожного окремо. Дитині дуже важливо чути своє ім'я, чітко розуміти, що говорять саме до неї. «Діти», «хлопці», «малюки» — коли батьки звертаються до всіх і ні до кого персонально, не чекайте миттєвої реакції. Колективна відповідальність — досить тонка штука, кожна дитина намагатиметься «загубитися» серед братів і сестер. Якщо вам важливо привернути увагу кожної дитини, називайте їх поіменно. «Оленко, Даринко, Кириле, ходіть снідати!» замість «Діти, сніданок на столі!»

Отже, безособистісні звертання до дитини не привертають її уваги, не дають розуміння, до кого саме ви звертаєтеся, а отже, зовсім марні. Відтак у вас з'являється переконання, що ви «просите по сто разів, але ніхто не реагує».

Правила звертання

Якщо ви хочете, щоб вас почули і відреагували на ваші слова, дотримуйтеся простих правил:

1. **Встановіть зоровий контакт із дитиною**, до якої звертаєтеся. Або приверніть її увагу в якийсь інший спосіб і впевніться, що вона вас дійсно чує.

Присядьте, щоб бути на одному рівні з дитиною — так їй буде комфортніше. Тільки уявіть, що відчуває дитина, якій доводиться постійно захиляти голову і спілкуватися з велетнями, людьми на метр вищими за неї, які до всього ще й горлають так, що хочеться кудись сховатися чи просто зникнути.

2. **Зверніться до дитини на ім'я.**

Якщо ви хочете сказати дитині щось важливе і серйозне, краще назвати її на ім'я — жартівливі прізвиська у даному випадку недоречні. Залиште їх для ігор. Скажіть «Дарино», «Олесю», «Олеже» замість «Іжачку мій солоденький» чи «Цукерочко моя золота».

3. **Посильте звертання тактильним контактом.** Це приверне увагу до ваших слів.

Злегка доторкніться до дитини, покладіть їй руку на плечико. Зоровий, слуховий чи тактильний контакт сприятиме максимальному «включенню»,