

Мистецтво говорити

КУПИТИ

Про книгу

Бізнес-тренер Джеймс Борґ, відомий своїми відкриттями в галузях спілкування, особистісного розвитку, мови тіла та «контролю мислення», пропонує прості і дієві поради для кожної людини. Його методика допоможе змінити спосіб мислення і поведінку в особистому житті

й на роботі, зробить життя цікавішим, насиченішим і позбавить зай-вого стресу, а ваші навички спілкування сягнуть геть нового рівня.

Зміст

Вступ. Чому розмови важливі

Розділ 1

Що таке наповнена розмова і чому ми її упускаємо

Розділ 2

Розмови для навчання: розпалити в дитині іскру постійної допитливості

Розділ 3

Розмови для емпатії: плекати в дитині розуміння інших

Розділ 4

Розмови для впевненості й самостійності: заохотити дитину приймати виклики

Розділ 5

Розмови для побудови взаємин: виховувати соціальні навички дитини

Розділ 6

Розмови для — і під час — ігор: підсилювати в дитини радість і креативність

Розділ 7

Розмови для широти світогляду: ростити громадян і громадянок світу

Розділ 8

Розмови для темпераменту: проявляти в дитині найкращі сторони

Післяслово Цінність наповнених розмов, набута з часом

Подяки

Додаток

Виноски

Вибрана бібліографія

Вступ

Чому розмови важливі

— Я знаю, ми зробили багато всього, — сказала я своєму чоловіку Філіпові, коли ми вклали наших двох дітей спати й усе прибрали. — Але про що ми говорили?

— Не знаю, — як завше прямо заявив Філіп. — Напевне, як і завжди. Чесно, не пам'ятаю.

Наші активні вихідні добігли кінця; ми сиділи у своїй бостонській квартирі та складали плани на наступний тиждень — як завжди по неділях. Перед понеділком треба було організуватися. Та хай як ми старалися, зазвичай щось та й забували: стільки всього було в голові. Як і в інших сім'ях, наші тижні минали у вирі подій, вихідні — так само. Часу розставити пріоритети чи обдумати пережите бракувало... як і часу на розмови між нами чи з дітьми.

І ця нестача видавалася особливо іронічною, якщо враховувати мою професію та захоплення. Як логопедія, лекторка й наукова дослідниця я понад десять років займалася вивченням та підтриманням розвитку мови й грамотності в дітей. Викладала на магістерській програмі з педагогіки й читала лекції на медичному факультеті Гарварду. За ці роки я працювала з різними групами — від малюків до студентства магістерських програм. У роботі контактувала з дуже різними дітьми й сім'ями: у бідних дитсадках і в школах Монтессорі, у лікарнях та багатьох інших місцях. Я зустрічалася з дітьми індивідуально, у малих групах і в кла-сах: оцінювала їхні рівні мовлення та читання, навчала їх говорити, слухати, читати й писати. Працювала спеціалісткою з академічного навчання та вчила дітей із дислексією, симптомами аутичного спектра та проблемами з читанням.

Мені подобалося розбиратися в їхньому розвитку, спостерігати за ними, спілкуватися з їхніми батьками й матерями та складати стратегії допомоги.

Тож хай яким несуттєвим могло здатися запитання, що я поставила Філіпові, для мене це було важливо. Наступні кілька днів воно все крутилося в моїй голові: про що саме ми говорили у поспіху справ?

У розмовах з іншими сім'ями я зрозуміла, що ми такі не одні. Майже всі були справді зайняті й не мали часу для глибоких розмов. «Ми заледве дістаємося до дому на вечерю. А тоді вже час для казочки — і в люлю», — поділився один друг.

Інша подруга пояснила: «Ми знаємо, що за вечерю син хоче нашої уваги, але коли він затихає, ми користуємося моментом, щоб перевірити пошту». Схоже, шалений темп сімейного життя не залишав часу на щось більше, ніж поверхові розмови. Багато моїх знайомих матерів і батьків виховували дітей, паралельно працюючи й доглядаючи за старшими родичами — тобто належали до так званого «сендвіч-покоління»!

Інші працювали в нічні зміни чи мусили довго добиратися до роботи, тому відчували необхідність проводити обмежений час із дітьми якісно. Треті почувалися виснаженими через навантаження школи, спортивних гуртків, графіків й подачі документів у виші. І все це навіть не говорячи про турботу про себе.

Коли розмови такі відбуваються

Проаналізувавши, які розмови мають місце в нашому домі, я зрозуміла, що ми з донькою Софі, якій тоді було п'ять, таки мали багато активних і натхненних бесід за останні тижні й місяці — просто я не відразу пригадала їх. Кілька років тому я водила її в Бостонський музей образотворчих мистецтв. Софі бігала тьмяними залами, присвяченими Давньому Єгипту, заглядала в кожен саркофаг і сипала запитаннями. Врешті сіла на лавку й затихла посеред німоти темних кімнат.

— А куди пішли мумії? — запитала вона після затяжної паузи.

— Що ти сказала? — я сиділа поруч із нею, а вона бовтала ніжками.

— Ти казала, що мумії вже не тут. Що тіла їхні тут, а вони — ні. То куди вони пішли?

— М-м-м, хороше запитання.

Я вважала себе духовною, але не релігійною, і на це відповіді не мала. Тому мусила викрутитися.

— Єгиптяни вважали, що вони подорожують в інший світ. Саме тому так старалися їх муміфікувати.

— Добре, — нетерпляче погодилася Софі. — Тоді яка частина з них пішла? Адже тіла досі тут.

— Так, але вони мертві.

— Ага.

Пауза, а тоді посипалися запитання.

— То куди вони пішли? А де були до народження?

Вона зустрілася зі мною поглядом.

— А де ти була до свого народження?

— Ого, це складне запитання, — я спробувала відтягнути час. — Не пам'ятаю. А ти?

— Ні-і, — вона примружилася і похитала головою.

— А якщо спробувати вгадати?

— Я була старим дідом, — Софі говорила на диво впевнено. — Мені набридло бути старим, і я знову обернулася на малючку.

— Ясно, — обняла я її однією рукою.

— Я страшенно голодна, — вона стрепенулася, встала на ноги й крутнулася. — Давай пообідаємо.

Дорогою додому я все чудувалася її осмисленню й тому, як легко воно Софі далось. У своєму віці моя донька самостійно «намацала» поняття реінкарнації чи принаймні якусь його версію. І чому, думала я, вона заговорила про це саме зараз?

Я згадала її захоплення муміями, що почалося з кількох гелловінських книжок з ілюстраціями. Щойно навчившись говорити, Софі почала розпитувати про мумій: чи справжні вони, чи кусаються. Сьогоднішнє глибоке запитання не вигулькнуло нізвідки: воно крок за кроком вибудовувалося зі значно простіших.

А що з моєю стороною бесіди? Мене вразив той факт, що Софі видалася більш залученою до розмови, адже я не мала відповідей. За попередні тижні й місяці я, як могла, відповідала на десятки її запитань. А цього разу визнала, що не знаю. Я не вдавала із себе експертку — лише створила можливість і проявила готовність зануритися в тему.

Рекомендована література



Психологія впливу.
Оновлено та доповнено



Атомні звички. Легкий і
перевірений спосіб
набути корисних
звичок і позбутися
звичок шкідливих



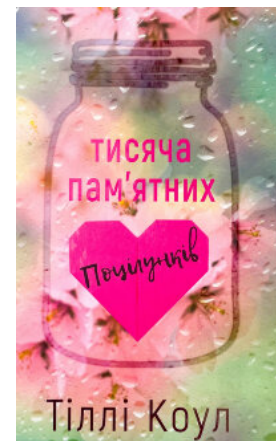
Запізно



Для стосунків потрібні
двоє



Есенціалізм. Мистецтво
визначати пріоритети



Тисяча пам'ятних
поцілунків

Перейти до категорії
Ораторське мистецтво

ridmi
ТВІЙ УЛЮБЛЕНИЙ КНИЖКОВИЙ

КУПИТИ