

ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. КАК?

**РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА
РОДИТЕЛЯМ**



ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. КАК?

на основе материалов Ю.Б. Гиппенрейтер

1. Безусловно принимайте своего ребенка

Безусловно принимать ребенка – значит **любить его не за что-то, а просто так**, просто за то, что он есть!

Потребность в любви, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение – необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший.

2. Сердиться на ребенка и ругать его можно

Можно **осуждать действия ребенка, но не его чувства**, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания.

Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в его неприятие.

3. Учите новому, деликатно указывая на ошибки

Знание ошибок полезно и часто необходимо, но указывать на них нужно с особенной осторожностью.

не стоит замечать каждую ошибку
ошибку лучше обсудить потом, в спокойной обстановке, а не в тот момент, когда ребенок увлечен делом
замечания всегда надо делать на фоне общего одобрения.

4. Используйте навыки «активного слушания»

Причины трудностей ребенка часто бывают спрятаны в сфере его чувств. Тогда практическими действиями – показать, научить, направить – ему не поможешь. В таких случаях лучше всего... его послушать.

Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.



ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. КАК?

на основе материалов Ю.Б. Гиппенрейтер

5

Помогите ребенку тогда, когда ему трудно, и он готов принять вашу помощь

Возьмите на себя **только то, что он не может выполнить сам**, остальное предоставьте делать ему самому.

По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».

6

Помните о своих чувствах, «заботьтесь» о себе

Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, **сообщите ему об этом**.

Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от **ПЕРВОГО ЛИЦА**. Сообщите **О СЕБЕ, О СВОЕМ** переживании, а не о нем, не о его поведении.

7

Установите в вашей семье правила поведения

Детям не только нужен порядок и правила поведения, они **хотят и ждут** их! Это делает их жизнь понятной и предсказуемой, создает чувство безопасности.

Правила (ограничения, требования, запреты):
обязательно должны быть в жизни каждого ребенка;
их не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими;
не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка;
должны быть согласованы взрослыми между собой;
тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружелюбно-разъяснительным, чем повелительным;
наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

