1.​ Дайте понять вашему ребенку, что вы его принимаете та​ким, какой он есть. Старайтесь употреблять такие выражения: «Ты самый любимый», «Мы любим, понимаем, надеем​ся на тебя», «Я тебя люблю любого», «Какое счастье, что ты у нас есть».

2.​ Помните, что каждое ваше слово, мимика, жесты, интона​ция, громкость голоса несут ребенку сообщение о его самоценности. Стремитесь создать у вашего ребенка высокую са​мооценку, подкрепляя это словами: «Я радуюсь твоим успе​хам», «Ты очень многое можешь». И только тогда ваш ребенок будет способен видеть, принимать и уважать вас.

3.​ Обратите свое внимание на то, что родители, которые гово​рят одно, а делают другое, со временем испытывают на себе неуважение со стороны детей.

4.​ Прежде чем начать общаться с вашим ребенком, постарай​тесь занять такое положение, чтобы видеть его глаза. В боль​шинстве случаев вам придется садиться на корточки.

5.​ В общении с ребенком уделяйте большое внимание невербаль​ному (неречевому) общению.

Так, вместо того, чтобы катего​рично сказать слово «нельзя», попробуйте использовать едва заметный жест, взгляд или мимику. Сказать, ничего не говоря, — это высочайшее искусство вос​питания, которое свидетельствует об истинном и глубоком контакте между родителями и детьми.

5.​ Старайтесь высказывать свое отношение к поведению ребен​ка без лишних объяснений и нравоучений. Выберите правиль​ное, своевременное обращение к нему, например: «Саша, Са​шенька, сын, сынок...»

6.​ Стремитесь проявлять полную заинтересованность к ребенку в процессе общения.

Подчеркивайте это кивком, восклица​ниями. Слушая его, не отвлекайтесь. Сконцентрируйте на нем все внимание. Представляйте ему время для высказывания, не торопите его и не подчеркивайте своим внешним видом, что это уже вам неинтересно.

7.​ Не говорите своему ребенку того, чего бы вы ему на самом деле не желали. Помните, что многие из тех установок, ко​торые они получают от вас, в дальнейшем определяет их поведение. Сказав: «Дурачок ты мой» — исправьтесь: «В тебе все прекрасно», сказав: «Уж лучше б тебя вообще не было на свете!», исправьтесь: «Какое счастье, что ты у нас есть»; сказав: «Бог накажет тебя», исправьтесь: «Бог любит тебя!»; вместо фразы: «Думай только о себе, не жалей нико​го», скажите: «Сколько отдашь — столько и получишь».

8.​ В общении с детьми помните, что ребенок имеет право голоса в решений какой-либо проблемы. Поэтому старайтесь со​ветоваться с ним, а не принимайте решение только сами, на​пример, вместо фразы: «Не твоего ума дело...» — скажите: «Как ты думаешь, что для этого нужно сделать? Твое мне​ние всем интересно».

9.​ Соблюдайте принцип равенства и сотрудничества с детьми.

10.​ Не допускайте, чтобы ваш ребенок находился наедине со своими переживаниями. Найдите время и обратитесь к нему; «Я вижу, что тебя что-то беспокоит», «Я вижу, что тебя кто-то огорчил», «Расскажи мне, что с тобой...»

11.​ Используйте разнообразные речевые формулы (прощания приветствия, благодарности) в общении с детьми. Не забы​вайте утром поприветствовать ребенка, а вечером пожелать ему «спокойной ночи». Произносите эти слова с улыбкой, доб​рожелательным тоном и сопровождайте их тактильным при​косновением. Обязательно, хоть за маленькую услугу, ока​занную ребенком, не забывайте поблагодарить его.

12.​ Старайтесь адекватно реагировать на проступки детей: постарайтесь понять ребенка и выяснить, что же явилось побудительным мотивом для его действий? Спросите его о том, что произошло, попытайтесь вникнуть в его пережи​вания:

\*​ оценивайте не личность ребенка, а действие, которое он совершил. Например, ребенок разбил чашку и тут же мож​но услышать: «Ах ты негодяй, опять разбил чашку!» Наи​более уместным было бы такое выражение: «Сын, ты раз​бил чашку. Ты не порезался? Принеси мне, пожалуйста, веник и совок, и мы вместе уберем осколки». А чтобы это не повторилось, этот инцидент можно использовать как обучение, сказав ребенку: «Я думаю, чашка разбилась по​тому, что ты ее неправильно держал»;

\*​ дайте понять ребенку, что независимо от проступка, вы к нему относитесь положительно. Например: «Сынок, я тебя по-прежнему люблю, но сейчас ты поступил некрасиво»

\*​ не сравнивайте ребенка с другими детьми, например: «Сынок, посмотри, какой Миша молодец, он всегда...»

13.​ Старайтесь не употреблять в речи такие фразы, которые на​долго остаются в сознании ребенка: «Я сейчас занят(а)...», «Сколько раз я тебе говорила!», «Вечно ты во все лезешь», «Что бы ты без меня делал», «Это надо делать не так».

14.​ Для того чтобы правильно организовать взаимоотношения с детьми в процессе общения, стремитесь преодолевать:

— барьер занятости (вы постоянно заняты работой, домашними делами);

— барьер взрослости (вы не чувствуете переживания ребенка, не понимаете его потребности);

\*​ барьер «воспитательных традиций» (вы не учитываете изменившиеся ситуации воспитания и уровень развития ребенка, пытаясь продублировать педагогические воздействия собственных родителей);

\*​ барьер «дидактизма» (вы постоянно пытаетесь поучать детей).

15. Совершенствуйте коммуникативные умения ваших детей:

\*​ для развития у ребенка умения внимательно слушать, не перебивать собеседника, напоминайте ему: «Сначала послушай, что говорят другие, а потом говори сам». Используйте в этом случае пословицу: «Слово — серебро, молча​ние — золото»;

\*​ Если ребенок забывает говорить речевые этикетные фор​мулы (приветствия, прощания, благодарности), то косвенно напомните ему об этом, например: «На мой взгляд, ты забыл сказать что-то важное», сравните: «Сынок, поздоровайся с тетей»

\*​ для развития умения устанавливать контакт с собеседником предложите детям игровую ситуацию: «Давайте говорить друг другу комплименты»;

\*​ для развития у детей умения общаться без слов предложите им игры «Через стекло», «Иностранец», «Расскажи стихи руками». Попробуйте 15 минут общаться при помощи мимики и жестов;

-для развития умения понимать настроение и чувства дру​гогопредложите ребенку понаблюдать за кем-либо из род​ственников, например: «Посмотри внимательно на маму. Как ты думаешь, какое у нее настроение? (Грустное.) Да​вай придумаем, как ее можно развеселить»

- Предложите детям игры «На что похоже настроение?», «Нарисуй свой страх и победи его»;

- для развития у детей чувства эмпатии (сопереживания)используйте сюжеты сказок. Попытайтесь узнать у детей :сказка — это хорошо или плохо? Что хорошего в сказке? Есть ли хорошие герои? Назови. Есть ли плохие? Кто они? А почему они плохие? Что хорошего может произойти со сказочными героями? А что плохого?

Старайтесь читать и всегда обсуждать сказки, опираясь на такие вопросы.

\*​ Кто из героев больше всего понравился?

\*​ На кого хочется быть похожим?

\*​ Кого из друзей напоминает персонаж?

\*​ Как бы ты поступил на месте героя?

\*​ Кого бы ты хотел похвалить в этой сказке?

\*​ Как ты это сделаешь?

\*​ Кто самый добрый? Почему?

предложите детям сочинить сказку: «сказка по-новому» (так как привычные, любимые обра​зы — герои сказок формируют у детей стереотипы, то по​лезно их ломать). Этот метод представляет собой следую​щее: за основу берется старая сказка, но детям предлага​ется наделить героев противоположными качествами — «лиса становится послушной; заяц хитрым...»;

«салат из сказок». Соединяются несколько сказок в одну; Кащей встречает зайчика и отправляется в избушку к Бабе Яге, где Иванушка играется с яблочками. Вариантов пере​плетений может быть множество, главное — не забывать о первых героях; «сказка — калька». Это такие условия, при которых глав​ные герои сказки остаются, но попадают в другие обстоятельства.

**Педагог-психолог Ложечник Н.Н.**