

## **Памятка для родителей Как общаться с ребенком?**

11. Можно выражать свое неудовольствие отдельными действиями ребенка, а не ребенком в целом. **Рекомендации Ю.Б. Гиппенрейтер**
12. Можно осуждать действия ребенка, а не его чувства. Раз они (чувства) возникли, значит, для этого есть основания.
13. Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастает в неприятие его.
14. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит о помощи. Своим невмешательством Вы говорите ему: "С тобой все в порядке! Ты справишься!".
15. Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.
16. Личность и способности ребенка развиваются только в той деятельности, которой он занимается по собственному желанию и с интересом.
17. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.
18. Позволяйте Вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться "сознательным".
19. Активно слушайте ребенка ("возвращайте" ему в беседе то, что он Вам поведал, при этом обозначив его чувство).
110. Если ребенок своим поведением вызвал у Вас отрицательные переживания, обязательно скажите ему об этом.
111. Когда Вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о СЕБЕ и о СВОЕМ переживании, а не о ребенке и его поведении (Я не люблю, когда дети неаккуратны, МНЕ стыдно от взглядов соседей...).
112. Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Посмотрите, что Вы можете изменить в окружающей обстановке.
113. Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмерьте собственные ожидания с возможностями ребенка (снизьте уровень "родительских амбиций").
114. Правила (ограничения, запреты) должны быть в жизни каждого ребенка.
115. Правил (ограничений, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.
116. Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с основными потребностями ребенка.
117. Тон, в котором сообщается запрет, должен быть дружелюбно-разъяснительным, а не повелительным.
118. Лучше наказывать ребенка, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.
119. Положительное отношение к себе - основа психологического выживания. Ребенок постоянно ищет его и даже борется за него.