

Правила общения в семье



Подготовил: педагог-
психолог
Малыгина С.А.

Как разговаривать и слушать ребёнка?

- Сосредоточьте все свое **внимание** на ребенке.
- Смотрите ребенку **в глаза**
- Сядьте так, чтобы находиться с ним на **одном уровне**.
- Покажите, что вы **разделяете чувства** ребенка и понимаете его. Проговариваете ему его же **чувство**. («Ты – сообщение»)
- Повторяйте слова за ребёнком, этим вы даете ему понять, что его слушают, понимают и с ним согласны
- Формулируйте слова, обращенные к ребенку
- ясно и четко, постарайтесь, чтобы указание не начиналось с частицы «не».
- Исключите из общения окрики, грубые интонации, неуважительный тон.
- **все самое важное должно быть сказано ребенку шепотом (или тихо напевая).**



Не рекомендуемые фразы для общения с детьми:

- -Я тысячу раз говорил тебе, что...
- -Сколько раз надо повторять...
- -О чём ты только думаешь...
- -Неужели тебе трудно запомнить, что...
- -Ты становишься...
- -Ты такой же как...
- -Отстань, некогда мне...
- -Почему Лена (Настя, Вася и т. д.) такая, а ты - нет...

• Рекомендуемые фразы для общения:

- -Как хорошо, что у меня есть ты.
- -Какой ты у меня молодец.
- -Я тебя очень люблю.
- -Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.
- -Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.
- -Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.

Как заниматься с ребёнком?

- Не стоит заниматься с ребенком против его воли
- Нельзя критиковать и учить как делать правильно
- 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!".
- Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.
- Учитывайте интересы и возрастные особенности ребёнка
- Включайте в занятия
 - соревновательные и игровые моменты
 - Время занятий не должно превышать 15-30 минут в зависимости от возраста ребёнка



Как читать сказки?

- **Подбирайте сказки в соответствии с возрастом ребенка**
- **Перечитывайте с ребенком любимые сказки много раз.**
- **Рассказывайте** народные «бабушкины» сказки.
- **Сочиняйте** сказки вместе с ребенком, развивая его творческие способности и речь.
- **Рисуйте** иллюстрации к прочитанным сказкам, лепите героев и персонажей.
- **Почувствуйте** проблему малыша (страх, тревогу, одиночество) и **придумайте** сказку, где герой находит способы преодолеть эту неприятность.
- **Разыгрывайте** сказочные сюжеты, отводя ребенку роль персонажа с похожими проблемными или недостающими ребенку чертами характера: боязливому — роль смелого рыцаря, а жадному — щедрого волшебника.



Запреты. Нужны ли они?

- Запреты нужны для ощущения безопасности ребенка.
- Формулировать запреты следует четко и конкретно, Лучше сказать: «Иди спокойно!», чем "Нельзя бегать!",
- Правил (ограничений, запретов) не должно быть слишком много, они должны быть едиными.
- На одно нельзя, всегда два «а что можно»
- Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с основными потребностями ребенка.
- Тон, в котором сообщается запрет, должен быть дружественно-разъяснительным, а не повелительным.
- Будьте последовательными. Не запрещайте ребенку то, что еще вчера ему было позволено.

4 Табу

- Не навреди себе
- Не навреди другому
- Не навреди природе и животным
- Не навреди вещам



Надо ли наказывать ребёнка?

- Постарайтесь понять причины плохого поведения ребёнка, какие проблемы кроются за этим.
- Наказывая, обязательно объясните, почему вы это делаете.
- в качестве наказания - лишить его чего-то интересного, например, отказаться от очередного похода в детское кафе или прочитать на 1 страницу меньше
- **Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого.** Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.
- **Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий, или своего бездействия.** Только тогда он будет взрослеть, и становиться сознательным.
- дети, к которым в детстве применяли **физическое насилие** - **обычно становятся или тревожными, или агрессивными.**
- Применяя физические наказания взрослый даёт ребёнку **пример агрессивного поведения**
- **Накричать на ребёнка легко, а объяснить, в чём он не**

Чем можно заменить наказание?

- **Объяснением-почему** поведение ребёнка неправильно
- **Терпением-это** самая большая добродетель родителей
- **Неторопливостью-не** спешите наказывать, подождите, пока поступок повторится
- **Отвлечением-предложите что-** привлекательное
- **Наградами-** хвалить за хорошее поведение, вместо того. Чтобы считать его обычным



Как хвалить ребёнка?

- **Хвалить можно только конкретные дела и поступки** ребенка, а не его самого.
- **совмещайте похвалу с улыбкой, объятиями, мягким тоном разговора**
- **используйте слово "Я" при формировании похвалы:** "Я горжусь, что ты сделал это сам".
- **Вредно**, если хвалят ребенка за то, что ему дается легко
- **Не повторяйте похвалу без необходимости**
- **Внушайте ребенку чувство уверенности, заостряйте внимание на самых малых успехах.**
- **Не пытайтесь сделать из ребенка самого-самого.**

старайтесь замечать все то , что у ребенка хорошо получается.

"Если вы не знаете, за что похвалить ребенка, придумайте это!"(В.Леви)

Как любить своего ребёнка?

- Выражайте свою любовь ребёнку в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Мне хорошо, когда мы вместе...», «Я рада тебя видеть»
- **Чаще обнимайте, поглаживайте ребенка** (не менее 8 раз в день - формула счастья) - при пробуждении, перед садиком, после садика, перед сном.
- **Говорите:** "Я тебя, доченька, сильно-сильно люблю, потому что ты у меня".
- а не за то-то и то-то.
- **Можно выразить свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.**



Начинай день с радости,
заканчивай миром.

