

Советы родителям

для нормализации общения с ребенком

- ☉ *Учитесь безусловному принятию ребенка, то есть нужно любить его не за то, что он умный, хорошо учится, послушный и т.д., а просто так, за то, что он есть, и не забывать ему об этом говорить.*
- ☉ *Помните, что испытывать негативные эмоции – это нормально, важно только проявлять свое недовольство адекватно. Выразайте недовольство отдельными действиями, а не ребенком в целом. Например: «В этот раз ты не старался, я расстроена твоей плохой оценкой» вместо «Ты неумеха и лентяй, так и знала, что ты получишь двойку».*
- ☉ *Старайтесь обращаться к ребенку не только с претензиями и критикой. Важно говорить на равных, тогда ребенок будет стремиться к общению. Для начала постарайтесь зафиксировать (можно письменно), сколько раз в день вы обращаетесь к ребенку с критикой и нравоучениями. А сколько - просто так, чтобы обсудить что-то интересное. Сколько раз вы похвалили ребенка за день? Доброжелательных обращений должно быть больше!*



Ребенку очень важно слышать от близких взрослых позитивную оценку его действий, часто дети открыто спрашивают: «Ты меня любишь?»

☉ *Если мы искренне говорим с ребенком о том, что чувствуем, он тоже учится говорить о своих чувствах, а следовательно и лучше понимать их.*

☉ *Важно, чтобы ребенок умел выражать свои чувства словами, а для этого нужно развивать его речь.*

☉ *Часто «семейные тайны» оказывают негативное влияние на психо-эмоциональное развитие ребенка – он чувствует, что что-то не так, но, не зная причины, начинает сомневаться прежде всего в себе, проявляются необоснованные страхи, которые переходят в депрессию со всеми последствиями.*

Практически во всех случаях поговорка «Лучше горькая правда, чем сладкая ложь» оказывается актуальна, но важно дозировать информацию в соответствии с возрастом ребенка.

☉ *Помните, что ребенок воспроизводит с другими людьми, а потом и со своими детьми модель поведения и общения, усвоенную в семье.*

