

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ

1. Безусловное принятие ребенка.

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.

Можно осуждать действия ребенка, но, не его чувства, какими нежелательными или «непозволительными»

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

2. Помощь родителей. Осторожно!

Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи.

3. «Давай вместе» (закон зоны ближайшего развития)

Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

При этом:

1. Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.
2. По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

4. «А если не хочет?»

Дружелюбный тон общения.

Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.

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

5. Активное слушание

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

- 1) глаза в глаза
- 2) утвердительные предложения
- 3) «держат паузу»
- 4) Обозначить чувство ребенка

6. Что мешает слушать детей?

Неправильные автоматические реакции:

- 1) Приказы, команды
- 2) Предупреждения, предостережения, угрозы
- 3) Мораль, нравоучения, проповеди
- 4) Советы, готовые решения
- 5) Доказательства, логические доводы, нотации, лекции
- 6) Критика, выговоры, обвинения
- 7) Похвала
- 8) Обзывание, высмеивание
- 9) Догадки, интерпретации
- 10) Выспрашивание, расследование

11) Сочувствие на словах, уговоры, увещевания

12) Отшучивание, уход от разговора

7. Делиться своими чувствами

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

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

Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.

Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.

8. Конструктивно разрешать конфликты

1. Прояснение конфликтной ситуации.

2. Сбор предложений.

3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.

4. Детализация решения.

5. Выполнение решения; проверка.

9. А как насчет дисциплины?

Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого.

Правила (ограничения, требования, запреты) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.

Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно разъяснительным, чем повелительным.

Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

10. «Кувшин» наших эмоций

Негативное поведение – активно слушать.

Слышать потребности.

Минимум 8 объятий в день.

Человеку нужно: чтобы его любили, понимали, признавали, уважали: чтобы он был кому то нужен и близок: чтобы у него был успех — в делах, учебе, на работе: чтобы он мог себя реализовать, развивать свои способности, самосовершенствоваться, уважать себя.

В детстве мы узнаем о себе только из слов к нам близких.

Что бы ни делал ребенок, ему нужно наше признание его успехов.