**Пожелания для родителей (в рамках тематической встречи)**

1. **Давайте себе время**

Научимся выдерживать паузу. «Лучше ничего не сказать, чем сказать ничего». Дети не уважают суетливость. Некоторая медлительность старших в основном действует благотворно.

1. **Давайте ему время.**

Примерно каждый второй из детей по тем или иным причинам не справляется с темпами, требуемыми со стороны взрослых, и примерно каждый десятый явно медлительнее остальных. Это может быть связано и с болезнью, но это может быть связано и с одаренностью. Такими недотепами были и маленький Пушкин, и маленький Эйнштейн.

 Ребенок – не автомат. До семи лет правильнее говорить ребенку: «Вот эту башню построишь, а потом…» После семи: «У тебя еще ровно 1 минута…».

1. **Не внушайте отрицательного.**

«Простудишься, заболеешь…», «Вот позову/отдам дяде милиционеру (доктору…)». Трудно потом избавиться от разрушительного влияния «заботливых» родителей. Даже если тут же забудется, отрицательное внушение сделать свое дело. Страх, ужас, ненависть проснутся в другое время, в другом месте.

1. **Внушайте положительное.**

Все дети хотят знать, что они, несмотря ни на что, хорошие дети и, несмотря ни на что, жить можно, и жить хорошо. Каждый день с ребенком начинайте с радостью, заканчивайте с миром.

1. **Не внушайте нереального.**

Самые глубокие пессимисты происходят из детей, воспитанных чрезмерно оптимистически. Не проявляйте сомнений и не пресекайте вопросы ребенка, какими бы опасными и преждевременными, несвоевременными они ни казались.

**Правила общения с детьми**

1. Никогда не унижайте их – никогда!
2. Всегда объясняйте им, почему вы даете им какие-то инструкции. И при этом сами слушайте свои объяснения. Не звучат ли они глупо – вроде «потому, что я так сказал»? Если да, то вернитесь к своим инструкциям и измените их. Дети будут уважать вас за это и подождут. Но если вы приказываете в диктаторском, авторитарном духе без всяких оснований, то дети отстраняются от вас. Они не будут слушать, и, даже более того, они выдадут целый список причин, почему это не хорошо! Иногда ваши объяснения могут быть самыми простыми – вроде «потому, что этим ты окажешь мне помощь, а я сегодня жутко устала». Честностью завоюйте их сердца. Сначала они будут думать о том, что вы сказали, а затем начнут и выполнять.
3. Ваша поддержка их действий должна выражаться, прежде всего, в формировании у них чувства безопасности. Избегайте порицания и криков по отношению к ним. Всегда давайте им понять, что вы поддерживаете их начинания. Они станут более восприимчивы к вашим словам – и удивят вас. А затем можете отпраздновать победу вместе! Не заставляйте их достигать чего-либо, но позвольте им действовать с воодушевление.
4. Не говорите им кто они сейчас и кем станут впоследствии. Они знают это лучше вас. Позвольте им самим решать, что им интереснее. Не заставляйте их продолжать вашу династию и не приобщайте их к семейному бизнесу только на том основании, что так поступали несколько поколений в вашей семье. Такой ребенок останется абсолютно глух к таким аргументам.

**Условия эффективного общения**

 «Условия эффективного общения с людьми – это…» *хорошее знание людей, умение проникнуть в их душевное состояние, понять их эмоциональное состояние, умение разобраться в причинах эмоций.*

 По определению психологов, различают шесть основных видов эмоций, из которых самые неприятные – гнев, злоба, агрессия. Эти чувства можно назвать разрушительными, поскольку они разрушают и самого человека, его психику, здоровье и его взаимоотношения с окружающими.

1. Упражнение «Кувшин наших эмоций».

Представим «Кувшин наших эмоций» - рисунок кувшина, на котором все части кувшина «закрыты» и открываются по мере необходимости. В самой верхней его части – гнев, злоба, агрессия. Подумайте, от чего возникает гнев? Психологи отвечают на этот вопрос несколькими неожиданно… Гнев – чувство вторичное, а происходит он от переживаний другого рода, таких как (открывается II часть кувшина на рисунке) боль, обида, страх. Успешное общение – это понимание причин возникновения эмоций второго рода «Кувшин – наших эмоций».

1. АКС – анализ конкретных ситуаций:
* Мама сидит в парке на скамейке, к ней подбегает ее трехлетний сын в слезах: «Он отнял мою машинку». Ваша реакция?
* Сын возвращается из детского сада и в сердцах заявляет: «Больше я туда не пойду!..» Ваша реакция?

Во всех случаях, когда ребенок расстроен, обижен, когда ему больно, страшно… Первое, что нужно сделать – дать ему понять, что вы знаете о его переживаниях, слышите его. Надо внимательно его выслушать! Лучше всего сказать, что, по вашему мнению, чувствует сейчас ребенок, назвать его чувства.

Активно слушать ребенка – значит возвращать ему в беседе, то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувства.

*В ситуации №1:*

Ребенок: «Он отнял мою машинку!»

Мама: «Ты очень огорчен и рассержен на него…»

*В ситуации №2:*

Сын: «Больше туда не пойду!»

Отец: «Ты больше не хочешь идти в детский сад…»

Но! Что мы обычно говорим в таких ситуациях?! «Ну, ничего, поиграет и отдаст», «Как это ты не пойдешь в детский сад?!» Этими словами мы оставляем ребенка наедине с его переживаниями! И ребенок после этого считает (и правильно!), что его переживания не важны для взрослого и что он сам никому не нужен!

1. Правила активного слушания ребенка.
2. Если вы хотите послушать ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом; важно также, чтобы его и ваши находились на одном уровне (контакт глаз); присядьте, притяните к себе ребенка, подойдите или придвиньте к нему свой стул. Избегайте общаться с ребенком, находясь в другой комнате. Ваше положение, ваша поза – первые и самые важные сигналы о том, что вы готовы его слушать.
3. Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросов, желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме

Ребенок: «Не буду играть с Пашей!» Взрослый: «Ты на него обиделся».

1. Полезно повторять, делать паузы, а потом обозначить его чувства. Боль, обида, страх возникают у человека… (открывается III часть кувшина на рисунке) от неудовлетворенных потребностей быть любимым, быть приятным, быть признанным. За любым негативным переживанием мы всегда найдем какую-нибудь нереализованную потребность.

Перед Вами таблица, в которой нужно заполнить графу «Чувства ребенка». В левой колонке прочтите описания ситуаций и напишите, какие, по вашему мнению, ребенок испытывает чувства.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ситуация и слова ребенка** | **Чувства ребенка** | **Ваш ответ** |
| 1. Ребенку сделали укол, плачет: «Доктор плохой» | Огорчение, обида (образец) | Ты очень расстроилась и было очень обидно |
| 2. Старший сын – маме: «Ты всегда ее защищаешь, говоришь «маленькая, маленькая», а меня никогда не жалеешь!» |  |  |
| 3. Ребенок роняет чашку, та разбивается: «Ой!!! Моя ча-а-шечка!» |  |  |
| 4. Ребенок влетает в дверь: «Мама я сегодня первый сдал свой рисунок!» |  |  |
| 5. «Ну, надо же, я забыла включить телевизор, а там было продолжение фильма!» |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ситуация и слова ребенка** | **Чувства ребенка** | **Ваш ответ** |
| 1. Ребенку сделали укол, плачет: «Доктор плохой» | Огорчение, обида (образец) | Ты очень расстроилась и было очень обидно |
| 2. Старший сын – маме: «Ты всегда ее защищаешь, говоришь «маленькая, маленькая», а меня никогда не жалеешь!» |  |  |
| 3. Ребенок роняет чашку, та разбивается: «Ой!!! Моя ча-а-шечка!» |  |  |
| 4. Ребенок влетает в дверь: «Мама я сегодня первый сдал свой рисунок!» |  |  |
| 5. «Ну, надо же, я забыла включить телевизор, а там было продолжение фильма!» |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ситуация и слова ребенка** | **Чувства ребенка** | **Ваш ответ** |
| 1. Ребенку сделали укол, плачет: «Доктор плохой» | Огорчение, обида (образец) | Ты очень расстроилась и было очень обидно |
| 2. Старший сын – маме: «Ты всегда ее защищаешь, говоришь «маленькая, маленькая», а меня никогда не жалеешь!» |  |  |
| 3. Ребенок роняет чашку, та разбивается: «Ой!!! Моя ча-а-шечка!» |  |  |
| 4. Ребенок влетает в дверь: «Мама я сегодня первый сдал свой рисунок!» |  |  |
| 5. «Ну, надо же, я забыла включить телевизор, а там было продолжение фильма!» |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ситуация и слова ребенка** | **Чувства ребенка** | **Ваш ответ** |
| 1. Ребенку сделали укол, плачет: «Доктор плохой» | Огорчение, обида (образец) | Ты очень расстроилась и было очень обидно |
| 2. Старший сын – маме: «Ты всегда ее защищаешь, говоришь «маленькая, маленькая», а меня никогда не жалеешь!» |  |  |
| 3. Ребенок роняет чашку, та разбивается: «Ой!!! Моя ча-а-шечка!» |  |  |
| 4. Ребенок влетает в дверь: «Мама я сегодня первый сдал свой рисунок!» |  |  |
| 5. «Ну, надо же, я забыла включить телевизор, а там было продолжение фильма!» |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ситуация и слова ребенка** | **Чувства ребенка** | **Ваш ответ** |
| 1. Ребенку сделали укол, плачет: «Доктор плохой» | Огорчение, обида (образец) | Ты очень расстроилась и было очень обидно |
| 2. Старший сын – маме: «Ты всегда ее защищаешь, говоришь «маленькая, маленькая», а меня никогда не жалеешь!» |  |  |
| 3. Ребенок роняет чашку, та разбивается: «Ой!!! Моя ча-а-шечка!» |  |  |
| 4. Ребенок влетает в дверь: «Мама я сегодня первый сдал свой рисунок!» |  |  |
| 5. «Ну, надо же, я забыла включить телевизор, а там было продолжение фильма!» |  |  |