

*Рекомендации психолога для родителей
«Правила общения с ребёнком»*



- 1.** Можно выражать своё недовольство отдельными действиями ребёнка, не ребёнком в целом.
- 2.** Можно осуждать действия ребёнка, но не его чувства, какими бы непозволительными они не были.
- 3.** Не требовать от ребёнка невозможного или трудновыполнимого. Лучше посмотрите, что можно изменить в окружающей обстановке.
- 4.** Недовольство действиями ребёнка не должно быть постоянным, иначе оно перестанет восприниматься.
- 5.** Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребёнка.
- 6.** Позволяйте ребёнку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или бездействий). Тогда у него будет шанс повзрослеть.
- 7.** Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребёнок, если он не просит помощи.
- 8.** Если ребёнку сложно, и он готов принять вашу помощь – обязательно окажите её.
- 9.** Если ребёнок вызывает у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом.
- 10.** Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребёнка.
- 11.** Постепенно, но неуклонно снимайте с себя ответственность за личные дела вашего ребёнка, пусть он почувствует ответственность за их выполнение.
- 12.** О своих чувствах говорите ребёнку от первого лица. Сообщайте о себе, своих мыслях и чувствах, а не о нём и его поведении.