

Памятка для родителей

Как разговаривать с беспокойным ребенком?

1. Недопустимы (даже в критических ситуациях) грубость, унижение, злость. Выражения типа «Терпеть не могу», «Ты меня извел», «У меня нет сил», «Ты мне надоел», повторяемые несколько раз в день (не говоря о более грубых) бессмысленно. Ребенок просто перестает их слышать.
2. Не разговаривайте с ребенком раздраженно, всем своим видом показывая, что он отвлекает вас от более интересных и важных дел, чем общение с ним.
3. Если есть возможность отвлечься от дел хотя бы на несколько минут, отложите их, пусть ребенок почувствует внимание и заинтересованность.
4. Во время разговора помните: важны тон, мимика, жесты без демонстрации недовольства, раздражения, нетерпения. На них ребенок реагирует сильнее, чем на слова.
5. Разговаривая, задавайте вопросы, требующее пространный ответ.
6. Поощряйте ребенка в ходе разговора, покажите что вам интересно и важно, то о чем он говорит.
7. Не оставляйте без внимания любую просьбу. Если ее нельзя выполнить по какой-то причине, не отмалчивайтесь, не ограничивайтесь коротким «нет»: объясните почему.
8. Не ставьте условий для выполнения просьбы, например: «Если ты сделаешь это, то я сделаю то-то». Тем самым взрослый может поставить себя в неловкую ситуацию.