|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Разговор с ребенком** | **Как заслужить авторитет?** | **Что такое грамотная требовательность?** |
| * Уверенный в себе человек говорит спокойно, крик – это всегда слабость
* Следите не только за громкостью, но и за тем, что Вы говорите. Эмоциональная речь западает глубоко в память и руководит ребенком бессознательно.
* Не стоит начинать с фразы «ты всегда» или «ты никогда» - ребенок зацепится за их очевидную несправедливость и суть ваших упреков уже не воспримет.
* Если мир состоит их сплошных «нельзя», из ограничений и запретов, оттуда хочется сбежать (в виртуальное пространство, на улицу бродяжничать, из жизни вообще (к суициду))
* Говорите ребенку о своих чувствах. Это сделает ситуацию понятной и познакомит ребенка с эмоциями, возникающими и у него.
* Создать и написать собственный «семейный кодекс», предусматривающий правила ВСЕХ!
* Используйте «Я-высказывание» (вместо «**ТЫ** мне врешь» - «**Я** чувствую себя обманутым»).
 | 1. Воспитывать своим примером, а не словами. «делай, как делаю я» - это работает. «Делай, как я говорю» - не работает. Ни одно правило не будет исполняться, если оно не соблюдается родителями.
2. Единство требований и постоянство. Ваше непостоянство убеждает ребенка, что родители и сами не знают, чего хотят
3. Соблюдать хоть небольшую, но дистанцию, продиктованную разницей в возрасте. Совсем «на равных» не получится: ответственность на Вас и на детях лежит разная, как и обязанности. Уравнять себя и ребенка правах – это несправедливо, фальшиво. Правильная роль «ориентир», а не «равный».
4. Не ленитесь объяснять все свои запреты, решения и поступки. Понимание гораздо эффективнее простого подчинения.
5. Не угрожайте. Предупредите о своих намерениях. Но если сказали – сделайте. Если Ваше слово расходится с делом, то ребенок быстро понимает, что всерьез Вас воспринимать не обязательно.
6. Относитесь к ребенку, как к другу. Не командовать, не распоряжаться его вещами, не нервничать из-за того, что он поступает по-своему, не указывать публично на недостатки, не решать за него с кем дружить.
 | * «подтягивание» ребенка из так называемой зоны ближайшего развития в зону успехов. Т.е. перевод потенциальных возможностей в разряд реальных достижений.
* У каждого свои «активы». Важно найти потенциал, ресурс, определить спектр интересов собственно ребенка, отграничив его от уровня притязаний и амбиций родителя
* Учитывать индивидуальные особенности ребенка (тип нервной системы, темперамент) в ситуации легкости/трудности освоения знания/навыка.
* Умение родителей добиваться всего рациональным путем, а не конфликтным (то время, которое Вы потратите на чтение нотаций можно использовать более продуктивно: объяснить все то, что он не понял)
 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Детский практический психолог **Богомягкова** **Оксана** **Николаевна**(кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии ПГГПУ, психотерапевт)**8 902 832 86 87****Bogom-on@mail.ru** | **«Чтобы сделать детей хорошими, надо сделать их счастливыми»***О.Уальд***«Большинство из нас воспитывали так, чтобы мы были хорошими, но не настоящими; приспосабливающимися, а не надежными, адаптивными, а не уверенными в себе»***Дж.Холлис* | **почемучка**http://www.school755.ru/spaw2/uploads/images/sponso.png**ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ** |