



Чек-лист по эффективному общению с детьми

Этот чек-лист поможет родителям, педагогам и воспитателям выстроить доверительное и эффективное общение с детьми.

☐ 1. Установление контакта

☐ Обращаюсь к ребенку по имени. ☐ Использую доброжелательный тон (без раздражения или снисходительности). ☐ Поддерживаю зрительный контакт (на уровне глаз ребенка, если он маленький).

☐ 2. Активное слушание

☐ Даю ребенку закончить мысль, не перебиваю. ☐ Использую уточняющие вопросы («Правильно ли я понял, что...?»). ☐ Отражаю эмоции («Я вижу, ты расстроен. Хочешь рассказать?»).

☐ 3. Ясность и доступность речи

☐ Говорю простыми словами, соответствующими возрасту. ☐ Разбиваю сложные инструкции на шаги («Сначала сделаем это, потом...»). ☐ Проверяю понимание («Повтори, пожалуйста, что нужно сделать»).

☐ 4. Поддержка и мотивация

☐ Хвалю конкретно («Ты здорово придумал это решение!»). ☐ Поощряю усилия, а не только результат («Я вижу, как ты старался!»). ☐ Избегаю сравнений с другими («Ты стал лучше, чем вчера» вместо «Ты лучше Пети»).

☐ 5. Реакция на ошибки и плохое поведение

☐ Критикую поступок, а не личность («Этот поступок был неправильным» вместо «Ты плохой»). ☐ Обсуждаю последствия («Если ты сделаешь так, то...»). ☐ Предлагаю альтернативы («Давай попробуем по-другому»).

☐ 6. Эмоциональная безопасность

☐ Не высмеиваю, даже «без злого умысла». ☐ Не игнорирую чувства ребенка («Да, это

действительно обидно»). □ Сохраняю спокойствие, даже если ребенок капризничает.

☐ 7. Учет индивидуальных особенностей

□ Для тревожных детей — больше поддержки. □ Для гиперактивных — четкие короткие инструкции. □ Для застенчивых — вопросы, не требующие развернутого ответа («Ты согласен?»).

☐ 8. Невербальное общение

□ Улыбаюсь, киваю, чтобы показать заинтересованность. □ Использую открытые жесты (не скрещиваю руки). □ Слежу за своей мимикой (раздражение или усталость могут испугать ребенка).

☐ 9. Разрешение конфликтов

□ Выслушиваю обе стороны (если конфликт между детьми). □ Предлагаю варианты примирения («Как нам исправить ситуацию?»). □ Учю выражать эмоции словами («Скажи ему, что ты чувствуешь»).

☐ 10. Личный пример

□ Говорю вежливо («спасибо», «пожалуйста»). □ Признаю свои ошибки («Извини, я была не права»). □ Показываю, как конструктивно реагировать на стресс.

Дополнительные рекомендации: Для педагогов: Периодически проводите рефлексию - насколько дети чувствуют себя комфортно; Для родителей: Выделяйте 10-15 минут в день на беседу "по душам" без гаджетов и нотаций. Этот чек-лист можно адаптировать под любой возраст детей и конкретные ситуации. Главное - искренность и уважение к ребенку!.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?