



Эффективное общение родителей и ребенка

Современные родители хотят общаться с ребёнком как с личностью и выстраивать доверительные, уважительные отношения. При этом взрослый остаётся главным: он несёт ответственность за маленького человека и за взаимоотношения с ним. Как же правильно общаться с детьми, чтобы они слушали, слышали и делали? Данный чек-лист поможет галадить эффективное общение со своим ребенком.

1. Как следует общаться с ребенком 3-6 лет

- 1.1** на все вопросы, даже «неудобные», отвечайте честно и откровенно
- 1.2** наблюдайте за играми ребёнка и не отказывайтесь участвовать в них. Это первая и очень хорошая школа жизни: по играм можно определить, какие проблемы возникли у ребёнка, как он предпочитает их решать и каким впоследствии станет семьянином, работником, друг
- 1.3** откладывайте свои дела и внимательно слушайте, как только у него появляется желание с Вами поговорить
- 1.4** предоставляйте ему свободу, но учите считаться с интересами окружающих. Останавливайте, если он бесцеремонно вмешивается в разговоры взрослых, не бойтесь показать свой гнев, если он вызван серьёзным проступком ребёнка
- 1.5** жалеите и любите малыша, ласкайте, целуйте и обнимайте его
- 1.6** проявляйте отзывчивость к его идеям

- 1.7** помогайте ребёнку всё делать самому

2. Как следует общаться с ребенком 7-10 лет

- 2.1** дайте ему возможность реализовать своё право на рабочее место и время для выполнения домашних заданий, на одобрение в случае заслуженных успехов
- 2.2** помогите ему почувствовать радость от приобретения знаний
- 2.3** не переделывайте за ребенком его работу, так как в этом случае мы показываем его несостоятельность и понижаем его самооценку
- 2.4** аргументируйте свои требования к ребёнку, предъявляя их в форме «что вы ожидаете от ребёнка, а не то, чего вы не хотите»
- 2.5** не критикуйте содержание секретов ребенка, он вам доверяет. Критика убивает доверие и ребенок больше не станет доверять вам свои секреты
- 2.6** • когда вы указываете ребенку на его ошибки, не смешивайте плохой поступок и личность самого ребенка. Указывайте именно на то нежелательное, что сделал ребенок, и не обвиняйте ребенка, что он «плохой сам». Покажите, что даже если ребенок ошибется, вы все
- 2.7** Чаще обнимайте ребенка, не отпускайте ребенка первым, когда вы обнимаете его. Ребенку очень важно удовлетворить свои тактильные потребности, это дает ему ощущение защищенности

3. Как следует общаться с подростком

- 3.1** Как следует общаться с подростком
- 3.2** помните, что подросток нуждается в Вашем участии, но уже в качестве партнёра, поэтому разговаривайте с ним на равных, в том числе совместно планируйте семейный бюджет, способ проведения досуга и пр.
- 3.3** выделяйте деньги на карманные расходы
- 3.4** в конфликтных ситуациях высказывайтесь после ребёнка, причём выслушивайте его, а не просто слушайте, что и как он говорит
- 3.5** объясните, что поступки, как правило, влекут за собой последствия, поэтому надо соотносить одно с другим
- 3.6** учите ребёнка достойно переносить огорчения, неприятности и потери, разъяснив необходимость тех или иных ограничений, в том числе в семье
- 3.7** интересуйтесь ребёнком. Приходя с работы, спрашивайте, в первую очередь, как прошёл день, что сегодня порадовало или огорчило
- 3.8** • спрашивайте не про оценки, а что конкретно получилось или нет. Отметки, конечно, играют не последнюю роль, но впечатления ребёнка, его отношение к успехам и неудачам намного важнее
- 3.9** • слушайте. Задавайте вопросы вместо того, чтобы сразу давать советы и указания. Узнайте, что вызывает трудности в учебе. Спросите ребёнка, что помешало выполнить задание и все ли он понимает
- 3.10** • не ругайте за ошибки. Помните сами и научите ребёнка, что ошибаются все — и это нормально. Главное — вовремя исправить

оплошность, приложив усилия. Если постоянно отчитывать за то, что не получается, можно навсегда отбить желание учиться

- 3.11** • поддерживайте. Скажите, что верите в ребенка и его успех, знаете, что все получится. Настройте школьника на положительный результат и напомните, что любите его независимо от оценок
- 3.12** • будьте бережны к зарождающимся чувствам, подчеркните необходимость взвешенного выбора друзей и подруг, обозначив рамки допустимого и неприемлемого во взаимоотношениях между людьми

После того как все проверю по чек-листу, нужно сесть "на дорожку" на диван и посидеть пару минут. Говорят это хорошая примета))). И в путь!

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

как это убрать?