# Эффективное общение родителей и детей

Правила эффективного общения родителей и детей

- [ ] **1.** Первое правило

  *Слушая ребенка, дайте ему понять и прочувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием. о котором он вам рассказывает. Для этого выслушайте ребенка, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Вы убьете сразу трех зайцев: • ребенок убедится, что вы его слышите; • ребенок сможет услышать самого себя как бь со стороны и лучше осознать свои чувства; • ребенок убедится, что вы его поняли правильно.*

- [ ] **2.** Второе правило

  *Слушая ребенка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют нас, что у них все в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимик; не совпадают, всегда отдавайте предпочтение мимике, выражению лица, позе, жестам, тону голоса*

- [ ] **3.** Третье правило

  *Поддерживайте и подбадривайте ребенка без слов. Улыбнитесь, обнимите, подмигните, потрепите по плечу, кивайте головой, смотрите в глаза, возьмите за руку*

- [ ] **4.** Четвертое правило

  *Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым. У вас может не быть готовых ответов на все вопросы*

- [ ] **5.** Пятое правило

  *Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает*

как это убрать?