

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
КАК ОБЩАТЬСЯ С ДЕТЬМИ

Уважаемые родители!

Общаясь со своим ребенком, старайтесь:

1. Быть последовательными. Не запрещайте ребенку то, что еще вчера ему было позволено.
2. Быть вежливым с ребенком. И тогда ваш ребенок, скорее всего, усвоит именно такую манеру взаимодействия.
3. Сотрудничать с ребенком, а не руководить им. Ваши приказы, резкие запреты демонстрируют неуважительное отношение к ребенку, могут спровоцировать агрессивную вспышку.
4. Вводить четкую систему запретов. Их должно быть немного, они нужны для ощущения безопасности вашему ребенку (например, такие запреты: не брать спички, не открывать кран с горячей водой, не включать газ и др.). Старайтесь следовать им неукоснительно.
5. Формулировать запреты кратко, конкретно. Лучше сказать ребенку: «Горячо!», «Грязно!», чем «Нельзя!», «Отойди!»
6. Устанавливать определенные правила в вашей семье, ежедневное следование которым поможет вам избежать большого количества нотаций, а ребенку стать увереннее и спокойнее.
7. Расширить поведенческий репертуар ребенка. Для этого рассказывайте ему, какими способами можно решить разные конкретные проблемы. Показывайте детям пример различных реакций на события (как на положительные, так и на отрицательные).
8. Использовать в общении с ребенком краткие, четкие, понятные малышу инструкции. Не увлекайтесь нотациями. Скорее всего, из вашей речи он поймет лишь то, что вы недовольны им или даже не любите его.
9. Наказывая ребенка, не быть чрезмерно строгими и не ущемлять достоинство малыша.
10. Быть терпеливыми. Не допускать чрезмерных вспышек в ответ на не удовлетворяющее вас поведение ребенка.
11. Чаще говорить ребенку, что вы его любите. Пусть малыш знает, что вы любите его за то, что он есть, а не за то, что он убирает игрушки, съедает кашу и др.

Памятка для взрослых

Уважаемые взрослые!

Если вы хотите, чтобы ваши дети как можно раньше научились следовать вашим указаниям, управлять своим поведением, попытайтесь вводить в повседневную жизнь ребенка не очень сложные правила. Это поможет ребенку лучше ориентироваться в ситуациях, придаст ему уверенности, избавит вас от чтения бесконечных нотаций.

Но для того, чтобы эти правила оказались более эффективными, вам следует учитывать некоторые условия:

1. Правило должно быть конкретным.
2. Одно и то же правило лучше повторить для ребенка несколько раз.
3. Правило должно быть не только произнесено, но и нарисовано (на кухне, в детской).
4. Повторяя рабочее Правило, постарайтесь, чтобы оно прозвучало не как приказ, не как указание, а как доброжелательный совет.
5. Правила должны быть сформулированы в позитивной форме (лучше сказать «Говори тихо», а не «Не кричи!»).
6. Обосновывайте для ребенка, почему надо следовать тем, а не иным правилам.
7. Если ребенок испытывает правило «на прочность», провоцируя вас на окрик или шлепок, оставайтесь спокойным и «твердым» в выполнении правила.
8. Взрослые должны сами неукоснительно выполнять правила, введенные ими. Это послужит хорошим примером, моделью для вашего ребенка.