

Общаться с ребенком. Как?

Юлия Гиппенрейтер

Соблюдая простые правила общения, родители способствуют развитию ребенка, сохраняют с ним хорошие отношения и растят уверенного в себе, самостоятельного человека.

Правила общения

Вместо попыток изменить ребенка пересмотрите свое отношение к нему

Не вмешивайтесь, если ребенок не просит о помощи
Нет необходимости замечать каждую ошибку. Обсуждайте ошибку в спокойной обстановке, а не когда ребенок занят

Если ребенку трудно и он готов принять помощь, помогите ему
Расширяйте зону совместных дел

Берите на себя только то, что ребенок не может выполнить сам

Объективно оценивайте возможности ребенка
Не ставьте планку ожиданий слишком высоко

Если поведение ребенка вызывает отрицательные эмоции, скажите ему об этом
Не подавляйте эмоции

Рассказывайте о своих чувствах от первого лица
Сообщайте ребенку о своих переживаниях, а не о нем и его поведении
Я-сообщения эффективнее Ты-сообщений

Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого
Измените условия, и проблемы исчезнут

Позвольте ребенку сталкиваться с отрицательными последствиями своих действий
Трудности и ошибки необходимы для правильного развития

Не присваивайте себе эмоциональные проблемы ребенка
Ребенку важно знать о ваших чувствах, ощущать поддержку и заботу

Постепенно передавайте ребенку ответственность за его личные дела
Избегайте гиперопеки

«Очень прошу, будь осторожен»

«Я буду очень беспокоиться!»

