

## **Памятка для родителей**

### **«Правила эффективного общения взрослого и ребенка»**

1. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Для того чтобы воздействовать на ребенка, вы должны научиться сдерживать свой критицизм и видеть позитивную сторону общения с ребенком. Тон, которым вы обращаетесь к ребенку, должен демонстрировать уважение к нему как к личности.

2. Будьте одновременно тверды и добры. Выбрав способ действия, вы не должны колебаться. Будьте дружелюбными и не выступайте в роли судьи.

3. Снизьте контроль. Избыточный контроль над детьми обычно требует особого внимания взрослых и редко приводит к успеху. Более эффективным является спокойное планирование способа действия.

4. Поддерживайте ребенка. Взрослый может поддержать ребенка, признавая его усилия и вклад, равно как и достижения, а также демонстрируя, что понимает его переживания, когда дела идут не очень хорошо. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда ребенок не достигает успеха. Чтобы поддержать ребенка, необходимо опираться на его сильные стороны, избегать подчеркивания промахов, показывать, что вы уверены в ребенке.

5. Имейте мужество. Изменение поведения требует терпения. Если какой-то подход окажется неудачным, не нужно отчаиваться, следует остановиться и проанализировать переживания и поступки, как ребенка, так и свои. В результате в следующий раз вы будете лучше знать, как поступить в подобной ситуации.

6. Демонстрируйте взаимное уважение, доверие к ребенку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.