

**Муниципальное общеобразовательное казенное учреждение
Средняя общеобразовательная школа с. Узянбаш**

Согласовано: _____
_____ 2022 г.

Зам. дир УВР
О.У. Карнаева

Утверждаю _____
_____ 2022 г.

Директор МОКУ СОШ с. Узянбаш
Н.М. Шагимуратова

«Общаться с ребенком. Как?»

(методические рекомендации для родителей)

**Подготовила: учитель истории
МОКУ СОШ с. Узянбаш
Тарасюк Л.Н.**

Январь 2022 г.

«Общаться с ребенком. Как?»

(рекомендации для родителей)

1. Безусловное принятие

Первое правило общения родителя с ребенком — принятие его таким, какой он есть, без условий и требований. Ребенок должен жить с ощущением, что он в любом случае любимый, желанный, ценный и дорогой, даже если он поступил неправильно.

2. Недовольство

При этом выражать недовольство можно и нужно — но не самим ребенком, а конкретными его действиями. Не «ты плохой», а «ты поступил плохо», а еще лучше «мне плохо от того, как ты поступил».

3. Активное слушание

Пожалуй, главная техника, которой родителям следует научиться — это активное слушание в сложных ситуациях: когда ребенку грустно, трудно или плохо. Цель техники — дать ребенку понять, что в трудную минуту его слышат, к его проблеме неравнодушны, его понимают.

Чтобы активно слушать, нужно «возвращать» ребенку то, что он говорит, обозначая при этом чувства ребенка:

- Я не хочу делать уроки!
- Тебе неприятно заниматься русским языком
- Нет, просто там очень много!
- Ты боишься не успеть до завтра

4. Разрешение конфликтов

Конфликты — это нормально. Они бывают даже в самых дружных семьях. Хорошее разрешение конфликта — когда обе стороны получают то, чего они на самом деле хотели.

5. Передача ответственности

Передача детям ответственности за свои дела — самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к детям

В основе родительского инстинкта лежит любовь. Когда отношения с ребёнком наполнены нежностью и любовью, между ним и родителями возникает глубокая интимная связь, которую трудно понять другим людям.

В воспитании не должно быть места страху. Когда ребёнок только начинает открывать для себя окружающий мир и взаимодействовать с окружающими, делает первые шаги и произносит первые слова, *ему необходимо чувствовать себя в безопасности.*

Он нуждается в наших заботливых руках, которые в любой момент способны оказать помощь. Ребёнку требуется наша поддержка, когда он познает окружающий мир, исследует, делает открытия, играет или развлекается.

Жизнь ребёнка и игра — неделимы. При помощи игры он интерпретирует окружающую его реальность. Это ключ к пониманию жизни. Поэтому лучше, как можно чаще играть с ребёнком.

Игрушки, книги, цветы, игры на улице, бег, выпачканные в глине и земле руки — все это помогает ребёнку мечтать, в этом он черпает вдохновение.

Чем больше жизненного опыта он получает, чем больше он разговаривает с окружающими, тем больше идей возникает у ребёнка. Порой родители препятствуют ему в этом, призывая находиться в тишине, сидеть спокойно.

Как часто мы говорим своим детям: «Не мешай, сейчас не время для этого», «Разве ты не видишь, что я занят», «Уйди, опять ты пристаёшь ко мне с ерундой».

Когда так происходит, жизнь ребёнка наполняется страхами, он перестаёт чувствовать себя нужным и важным. Не совершай подобной ошибки. Помни, что лучший подарок, который ты можешь сделать своему ребёнку, называется «время».

«Психологическая зарядка» (методика энергопластики).

- Стоя, свести лопатки, улыбнуться и, подмигивая левым, а потом правым глазом повторить: «Очень я собой горжусь, я на многое гожусь!»
- Потирая ладонь о ладонь повторить: «Я приманиваю удачу, с каждым днем становлюсь все богаче!»
- Руки в стороны, делая вращения руками: «На пути у меня нет преграды, все получится, так, как надо!»
- Руки на поясе, делая наклоны вправо-влево, повторить: «Покой и улыбку всегда берегу, и мне все помогут, и я помогу!»
- Сложив руки в замок, делая глубокий вдох: «Вселенная мне улыбается, и всё у меня получается!»

