**Консультация педагога-психолога родителей**

**«Общаться с ребёнком. Как?»**

Дети – самое ценное, что есть в жизни каждого. По мнению Ю. Гиппенрейтера, главное для родителей — любовь и доверие к своим детям.

* Не стесняйтесь своей **любви** к ребенку и ее демонстрации. Старайтесь как можно чаще смотреть ребёнку в глаза, обнимать и целовать.
* Ребёнок должен чувствовать в вас надежную опору в жизни и понимать, что вы его поддержите в любой ситуации. Делайте упор на сильных сторонах и положительных качествах ребёнка. **Принимайте его таким, каким он есть.**
* В тоже время **не допускайте вседозволенности в воспитании**. Необходимо чтобы в вашей семье были установлены некоторые рамки и запреты, которых вам нужно строго придерживаться.
* Не забывайте, какую огромную роль в жизни ребенка исполняет **игра.** Именно в игровых моментах можно передать ребёнку все что, ему необходимо знать. Именно с помощью игры можно рассказать малышу о жизненных ценностях и приоритетах. Игра помогает детям и родителям лучше понимать друг друга.
* Необходимо не забывать о значении **общения с ребенком, старайтесь делать это как можно чаще.** Научите ребенка, выражать свои чувства и эмоции. Это поможет ребенку в понимании других людей и своего поведения.
* Стиль вашего отношения к ребенку сказывается не только на поведении ребенка, но и на его психическом здоровье. **Если ваше чадо чувствует негатив** к себе, это может вызвать проявления скрытой агрессии.
* Помните, что от того как вы общаетесь с ребенком зависит его умение сопереживать другим, чувствовать эмоции как положительные, так и отрицательные. При общении с ребенком, помните, **что процесс коммуникации требует понимания своего собеседника, его чувств и эмоций**.
* Часто родители дают **негативную установку** деятельности ребенка. Избегайте таких выражений как «Ты не умеешь…», «Сколько раз тебе можно рассказывать…», «Разве это не понятно…». Такое отношение способствует формированию заниженной самооценке и комплексов неполноценности. Ребенок перестает верить в свои силы.
* Даже если вы и даете негативную оценку, то помните, что нужно **давать оценку поступку, действию, но не переходить на личность.** Переживание низкой самооценки, которая вызвана отношением взрослого, способствует развитию невротического синдрома.
* В вашем общении с ребенком важно все от эмоциональной окраски до интонации.
* Никогда **не сравнивайте вашего ребенка еще с кем-то**. Это будет иметь только негативные последствия, так как может нанести психологическую травму вашему маленькому человечку. Также такое поведение взрослых способствует развитию негативизма, эгоизма и зависти.
* Контролируйте степень психологической нагрузки на ребенка. Следите за тем, чтоб она не превышала возможностей ребенка.
* В ваших отношениях должен быть **плавный переход от наказания до поощрения, от отрицательного к одобрительному тону.**

**Как сделать общение родителей с детьми эффективным?**

* В процессе общения с ребенком приложите все усилия для того, чтобы ребенок понял, что **вы понимаете его эмоциональное состояние**, настроение, чувства связанные с той ситуацией, о которой он вам рассказывает. Все что для этого необходимо – это внимательно выслушать ребенка, а затем ненавязчиво своими словами повторить, то, что вам рассказал ребенок. Так вы дадите ребенку возможность разобраться в своих чувствах, он поймет, что вы его слышите и слушаете.
* Если ребенок проговаривает с вами свою проблему, это уже успешное начало для того, чтобы избавиться от нее.
* Когда вы общаетесь с ребенком, старайтесь внимательно **следить за его жестами и мимикой.** Иногда дети не хотят нас огорчать и говорят, что все нормально. Но если присмотреться их невербальным способом выражения своих чувств (дрожит подбородок, глаза блестят или «на мокром месте»), то можно сразу догадаться об истинных чувствах ребенка.
* Старайтесь в любой ситуации **поддержать ребенка, даже без слов**. Для этого можно использовать все возможные тактильные способы: улыбка, объятия, подмигивание, кивок головой, взгляд в глаза.
* Вы не можете быть готовыми ответить на любой вопрос. Но старайтесь не отвечать на вопросы ребенка насмешливым тоном, ведь он способен выдать вас лучше, чем ваши слова и глаза.
* Ссоры родителей неблагоприятно влияют на психику ребенка
* Поддерживая разговор необходимо демонстрировать свою **заинтересованность в теме вашего общения**. Можно задать следующие вопросы: «Вот это да! А что же было потом?», «Ой, как интересно! Расскажи мне…»
* Самое главное, что нужно запомнить о похвале – это то, что каждый ребенок нуждается в том, чтобы его поддерживали и хвалили. Все действия ребенка должны начинаться с **чувства успеха**, которое должно проявляться не только в конце, но и вначале любого дела. Задача родителей создать условия для ощущения чувства удачи, радости поиска, преодоления.
* Ваши искренние **одобрения и похвальба** дадут ребенку возможность поверить в себя и свои возможности. Прежде всего, нельзя хвалить за то, что ребенку и так легко дается или дано природой. **Хвалить необходимо за труд и усилие, которое, ребенок сделал.** Если же вы будете одобрять просто наличие определенных способностей, то это вряд ли, принесет какой-то позитивный результат, для развития ребенка. Наоборот, такое стиль общения может только навредить, особенно если это часто повторять.
* Если вы будете постоянно **хвалить ребенка без надобности, то он привыкнет к этому и будет постоянно ожидать и требовать похвалы**. Это может вызвать проблемы в общении с окружающими его людьми. Так как ребенок будет уверен в своем полном превосходстве над другими. Это чревато проявлениями эгоцентризма и формированием завышенной и неадекватной самооценки.