

ПАМЯТКА

Как правильно общаться с ребёнком.

Не в каждой семье у родителей есть возможность оставаться с ребёнком дома. Что же делать тем, кто вынужден оставлять ребёнка без присмотра? Таким родителям психологи рекомендуют несколько правил поведения в семье.

Правило № 1.

Не приходите домой голодными. Если Вы голодны, то становитесь раздражительным и нетерпеливым. У некоторых на этом фоне начинаются головные боли. Старайтесь перед приходом домой выпить хотя бы чашку чая или съесть йогурт.

Правило № 2.

Не переутомляйтесь. Всем известно, что чрезмерная физическая и умственная нагрузка плохо влияет на самочувствие. Человек становится раздражительным. Старайтесь в течение рабочего дня делать маленькие перерывы для отдыха. Ребёнок вовсе не виноват, что Вас загрузили на работе. Он просто не поймёт, почему, когда Вы пришли домой, он вызвал у Вас раздражение. Переступая порог дома, оставляйте за дверью все «взрослые» проблемы.

Правило № 3.

Правильно расставляйте приоритеты. Никогда не говорите о работе как о самом важном в Вашей жизни. Работа всего лишь средство для того, чтобы жизнь семьи сделать более обеспеченной. Если работа для

Вас стала смыслом жизни, задумываться о рождении детей не стоит. Дети в таких семьях несчастливы. Они торопятся поскорее вырасти и покинуть дом. Это признак нездоровой семьи. В общении с ребёнком всегда давайте понять, что самое главное – это он и Ваша семья.

Правило № 4.

Общение с ребёнком важнее всего. Если Вы заняты приготовлением ужина или взяли работу на дом, не отталкивайте ребёнка. Уделите ему внимание, расспросите, как его дела, что интересного он сегодня узнал. Ребёнок – это человек, а ужин с работой могут и подождать.

Правило № 5.

Ребёнок должен быть помощником и равноправным членом семьи. Не дискриминируйте ребёнка, поручая ему самую неприятную работу по дому. Можно ввести очерёдность по вопросу мытья полов или посуды. Все вы – члены одной семьи. Не командуйте, а распределяйте обязанности поровну.

Правило № 6.

Не самоутверждайтесь за счёт ребёнка. Вы – взрослый человек. И уже только по этой причине Вы больше знаете и умеете. Вы лучше моете посуду и играете в компьютерные игры. Но если Вы хотите, чтобы Ваш ребёнок, в отличие от многих других современных детей, вырос уверенным в себе и своих силах, общаясь с ним, постарайтесь вести себя так, чтобы он чувствовал себя умелым и сообразительным.

Правило № 7.

Умейте слышать и видеть. Многим родителям

кажется, что всё, что делает малыш, – рисует, размышляет, сочиняет стихи, – это пока неважно, т.к. несовершенно и незначительно. На самом деле все дела, слова и поступки ребёнка точно так же важны, как и Ваши. Если Вы будете презрительно или насмешливо смотреть на интересы, занятия и дела ребёнка, никакого доверия между вами не будет. Не оценивайте поступки ребёнка, а постарайтесь их понять.

Правило № 8.

Советуйтесь с ребёнком. Поверьте, ребёнку интересно, чем Вы занимаетесь на своей работе. Расскажите ему о своих мыслях, переживаниях. Спросите у него совета, а лучше – последуйте ему. Не думайте, что ребёнок ещё «не дорос» до «взрослых» дел. Это не так. Он может многого не понимать, но очень хорошо чувствует эмоции. Именно потому Вас могут так удивить детские советы. Ко всему прочему, советуясь, Вы формируете у ребёнка способность выражать собственную точку зрения, показываете, что между близкими людьми очень важны откровенность и доверие.

Правило № 9.

Не попрекайте куском хлеба. Избегайте любых упоминаний о материальной зависимости ребёнка от Вас. Это ранит ребёнка и унижает его. У ребёнка может сложиться мнение, что он Вам в тягость, что Вы содержите его из чувства долга, что в корне неверно. Всё должно быть по любви.

К тому же, в старости, когда Вы окажетесь в положении зависимого, Вам не придётся стыдиться того, что Вы говорили когда-то.

