

# 3 ЗОЛОТЫХ ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ



# 1. Наладить правильные привычки вместо того, чтобы вести бесконечные разговоры.

- Избегайте «много слов» в общении с детьми. Конечно, мы обсуждаем дела и эмоциональные ситуации, НО не конкретные действия. Всё, что касается правил, должно быть сказано коротко и просто.
- Слова путают, а четкие и понятные правила и хорошие привычки делают детей спокойнее и помогают выполнять требования родителей.
- Например:
- **Не так:** «Ты должен понимать, как важно быть послушным и ответственным. Тебе было бы приятно, если мы с папой не слышали бы твоих просьб? Почему я должна постоянно напоминать тебе?».
- **А так:** «По утрам нужно убирать за собой постель. Это правило. Убери, пожалуйста, потом пойдём завтракать».

## 2. Лучше один раз показать, чем много раз объяснять.

- Многословность усложняет ситуацию и повышает уровень тревожности. Лучше в течение недели вместе с ребенком собирать рюкзак (вы смотрите и помогаете, он собирает), чем на протяжении месяца вести разговоры о самостоятельности.
- Вы можете показать, как накрывать завтрак, как убирать посуду, завязывать шнурки. Показать и сделать вместе, а не пенять на то, что ребенок воспринимает как должное вашу заботу.

# 3. Дайте ребёнку время.

- Дети ощущают время совсем по-другому. Именно поэтому так много «организационных» ссор: «мы опаздываем!», «собирайся скорее!». Важно несколько раз предупредить и давать больше времени на сборы. Помните, что вашему ребёнку нужно полчаса, а не 10 минут – и это нормально.

# Правило «одной минуты»

- Прежде чем вмешиваться в конфликт детей или выполнить просьбу, подождите минутку. Часто дети сами находят решение, тем самым, лучше приспособиваясь к реальности и учась взаимодействовать с окружающим миром.

