**Шкала общения родителей с ребенком**

*Прежде всего ваш ребенок, конечно, общается с вами, и климат в семье для него в основном зависит от вас и от ваших эмоций.*

**Методы воспитания, вызывающие у ребенка положительные эмоции отрицательные эмоции**

*Сколько раз вы сегодня ребенка (ребенку, ребенком)*

|  |  |
| --- | --- |
| Хвалили | упрекали |
| Поощряли | подавляли |
| Одобряли | унижали |
| Целовали | обвиняли |
| Обнимали | осуждали |
| Ласкали | отвергали |
| Симпатизировали | одергивали |
| Сопереживали | позорили |
| Улыбались | читали нотации |
| Восхищались | лишали чего-то необходимого |
| Делали приятные сюрпризы | шлепали, пороли |
| Делали подарки | ставили в угол |

По этой шкале приблизительно можно понять состояние малыша на данный момент и в данное время, узнать, как обращаются дома с ребенком, какие эмоции

преобладают в процессе вашего общения с малышом.

**Правила, которые помогут ребенку в общении**

*Правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе. Вам необходимо объяснить эти правила ребенку и с их помощью готовить ребенка к взрослой жизни.*

* Не отнимай чужого, но и свое не отдавай.
* Попросили - дай, пытаются отнять - старайся защищаться.
* Не дерись без причины.
* Зовут играть - иди, не зовут - спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.
* Играй честно, не подводи своих товарищей.
* Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего.
* Два раза ни у кого ничего не проси.
* Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.
* Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.
* Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.
* Старайся быть аккуратным.
* Чаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.
* Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты - не­
* повторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

**Фразы для общения с ребенком**

***Не рекомендуемые фразы:***

* Я тысячу раз говорил тебе, что ...
* Сколько раз надо повторять ...
* О чем ты только думаешь ...
* Неужели тебе трудно запомнить, что ...
* Ты становишься …
* Ты такой же как, .
* Отстань, некогда мне ...
* Почему Лена (Настя, Вася и т.д.) такая, а ты нет ...

***Рекомендуемые фразы:***

* Ты у меня умный, красивый (и т.д.).
* Как хорошо, что у меня есть ты!
* Ты у меня молодец.
* Я тебя очень люблю.
* Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.
* Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.
* Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился (лась).

**Несколько советов психолога «Как прожить хотя бы один день без нервотрепки»**

* Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ваш голос.
* Не торопитесь. Умение рассчитать время - ваша задача. Если вам это плохо удается, вины ребенка в этом нет.
* Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было плохих отметок!».Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.
* Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?», Встречая ребенка после школы, не обрушивайте на него тысячу
* вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как вы сами чувствуете себя после рабочего дня.
* Если вы видите, что ребенок огорчен, молчит - не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет все сам.
* Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем проходил без ребенка.
* После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребенку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами бесполезны.
* Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий - 10 минут перерыв.
* Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребенку работать самому.
* Если нужна ваша помощь- наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.
* В общении с ребенком старайтесь избегать условий:
* «Если ты сделаешь, то ... »,
* Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребенку.
* Выбирайте единую тактику общения с ребенком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него.
* Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего
* это объективные показатели переутомления.
* Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Все это
* успокоит ребенка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

*По материалам журнала «НАРКОРНЕТ», 2016, № 5-6. с. 48 (из фонда библиотеки школы)*