***Как общаться с ребенком?***

1.Безусловно принимать ребенка — значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

- Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.

- Можно осуждать действия ребенка, но, не его чувства, какими нежелательными или «непозволительными»

- Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в непринятия его.

2. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно справишся!»

Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

При этом:

- Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.

- По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

3. Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».

4. Активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

5. Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

6. Когда вы говорите своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА. О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении.

7. Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.

8. Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

9. Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.

**А как насчет дисциплины?**

1. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого.

2. Правила (ограничения, требования, запреты) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

3. Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

4. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.

5. Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно‑разъяснительным, чем повелительным.

6. Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

7. Зона радости — это «золотой фонд» вашей жизни с ребенком.

8. Человеку нужно: чтобы его любили, понимали, признавали, уважали: чтобы он был кому‑то нужен и близок: чтобы у него был успех — в делах, учебе, на работе: чтобы он мог себя реализовать, развивать свои способности, самосовершенствоваться, уважать себя.

9. В детстве мы узнаем о себе только из слов к нам близких.

10. Что бы ни делал ребенок, ему нужно наше признание его успехов.

11. Каждым обращением к ребенку — словом, делом, интонацией, жестом, нахмуренными бровями и даже молчанием мы сообщаем ему не только о себе, своем состоянии, но и всегда о нем, а часто — в основном о нем.