**КАК ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ?**

**Несколько основополагающих принципов:**

* Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.
* Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они ни были.
* Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в непринятие его.

**А вот и правила:**1. 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, справишься!»
2. Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.
3. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя ответственность за дела и поступки ребенка и передавайте ответственность ему.
4. Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».
5. Активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.
6. Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.
7. Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА. О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении.
8. Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.
9. Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.
10. Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.
11. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого.

12. Правил (ограничения, требования, запреты) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.
13. Требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.
14. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.
15. Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.
16. Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.