**ВЛИЯНИЕ РОДИТЕЛЬСКИХ УСТАНОВОК НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА**

**Правила: как общаться с ребенком**

**Самое главное правило: любите своего ребенка, и пусть он никогда в этом не усомнится!
Принимайте его таким, как он есть -со всеми его достоинствами и недостатками!**

**Правило 1**. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит о помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!»
**Правило 2**: Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. При этом:
1) возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому;
2) по мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.
**Правило 3**: Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.
**Правило 4**: Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия).
**Правило 5**. Если у ребенка эмоциональная проблема, его надо «активно» выслушать.
**Правило 6**. Если поведение ребенка вызывает у вас «отрицательные» чувства и переживания, сообщите ему об этом в форме «Я- высказывания».
**Правило 7**. Максимально удаляйте из своего общения с ребенком «12 помех»- привычных или автоматических реакций: приказы, команды, предупреждения, угрозы, мораль, нравоучения и др.
**Правило 8**. Соизмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка. Не требуйте от него невозможного или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.
**Правило 9**. Не присваивайте себе эмоциональных проблем ребенка.
**Правило10**. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка, но:
- их не должно быть слишком много и они должны быть гибкими;
-родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка;
-правила должны быть согласованы взрослыми между собой;
-тон, в котором сообщается требование или запрет, долен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным. **Правило 11**. Правила и последствия должны формулироваться одновременно.
**Правило 12.** Следует применять санкции, а не наказания.

**Что нам мешает слышать ребенка?**

1. **Приказы, команды, отрицающие чувства**. (Ребенок плачет, расшиб коленку, мы: «Прекрати плакать!»-обида у ребенка гарантирована.)
2. **Предупреждения, предостережения, угро**зы. (Если ты еще раз упадешь в эту лужу…)
3. **Мораль, нравоучения, проповеди**. (Каждый человек должен… Учиться –это твой долг…- Они вызывают скуку, потом агрессию и чувство вины.)
4. **Советы и готовые решения**. (Я бы на твоем месте… Не послушалась, вот и …-Советы не работают, потому что они всегда сверху, они раздражают.)
5. **Доказательства, нотации и выводы**. (Пора бы уже знать, что мальчики в твоем возрасте… - Вызывают борьбу и месть.)
6. **Критика, выговоры, обвинения**. (Все из-за тебя…Вечно ты…- Результат: избегание неудач, низкая самооценка.)
7. **Обзывания и высмеивания**. (даже шутливые)
8. **Догадки и интерпретация**. (Небось опять… Я тебя насквозь вижу…)
9. **Сочувствие на словах, уговоры**. (Успокойся, это ерунда. Не обращай внимания. Ничего страшного…)
10. **Отшучивание**. Уход от разговора (анекдот и т.п.- в этом есть пренебрежение).

**Как дать ребенку почувствовать себя значимым?**

1. Общение на равных. Уровень глаз.
2. Спрашивать у детей совета.
3. Интересоваться планами ребенка и их учитывать.
4. Просить помощи в чем-либо. После этого не критиковать.
5. Одобрение вообще (в целом).
6. Поддержка в трудной ситуации.
7. Не сюсюкать с ребенком. Разговаривайте как со взрослым.
8. Встречать и провожать как лучшего друга.
9. Если вы не правы, просите прощения.
10. Позволяйте ребенку выражать свои чувства и делитесь своими.
11. Позволяйте детям делать ошибки и встречаться с их последствиями.
12. 100%-ное внимание 15 минут каждый день.
13. Концентрируйте внимание не на ошибке, а на том, как выйти из сложной ситуации.
14. Телесный контакт 2-3 раза в день минимум.