

КАК ПРАВИЛЬНО РАЗГОВАРИВАТЬ С РЕБЁНКОМ



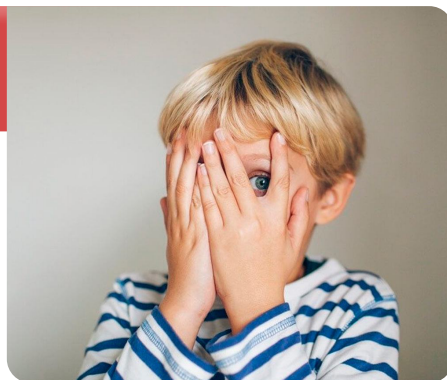
ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ЗАВИДУЕТ:



“

- Я понимаю то, что ты чувствуешь.
- Ты имеешь на это право.
- Завидовать – это не плохо, это значит, что у тебя есть желания.
- Расскажи, что ты сейчас чувствуешь?
- Чего тебе сейчас хочется?
- Как думаешь, как можно этого добиться?
- Когда ты завидуешь, ты можешь испытать грусть и досаду.
- Когда тебе завидно, нужно подумать, что ты можешь сделать и чему научиться, чтобы у тебя получалось так же.
- У каждого из нас что-то получается лучше, чем у других. Давай мы с тобой возьмем карандаши и попробуем нарисовать или записать списком то, в чем ты силен и хорош.
- Как ты думаешь, как может выглядеть зависть? Давай попробуем ее нарисовать или понять, какого она цвета.
- Расскажи, каким бы ты хотел быть, а я запишу. Ты бы хотел быть: ...

ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК БОИТСЯ:



“

- Бояться – совершенно нормально
- Что ты чувствуешь в теле, когда тебе страшно?
- Бояться могут и мальчики, и девочки.
- Можно бояться, но делать.

- Ничего не боятся только не очень умные люди.
- Когда я была маленькой, я боялась...
- Страх не делает тебя трусом.
- Можно бояться и оставаться храбрым.
- Как думаешь, в какие моменты ты бываешь храбрым?
- Расскажи о своих самых храбрых поступках.
- Страх часто помогает нам избежать опасности и не попасть в беду.
- Я могу поддержать тебя за руку.
- Говорят, что даже такое огромное и храброе животное как слон боится маленьких мышек. Интересно, это правда? Давай прочитаем!
- Не бойся, я с тобой.
- Давай придумаем смешную историю про злую собаку.

ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ЗЛИТСЯ:



“

- Вау, вот это ситуация!
- Ты кажется не на шутку разозлился.
- Как думаешь, почему мы злимся?
- Когда я злюсь, мне хочется сжимать челюсть и кулаки, а еще мое сердце начинает чаще биться. А ты что чувствуешь в такие моменты?
- Я тоже сержусь, когда что-то идет не так, как я задумал(-а).
- Мне помогает глубоко подышать и попить маленькими глотками. Давай попробуем?
- Попробуй подумать: что сейчас тебя разозлило?

- Можно злиться и сердиться даже на близких, но не переставать любить их, рассказать как?
- Я тоже часто сержусь на тебя или на папу – это нормально. Но вы все равно мои любимые и родные люди, я об этом никогда не забываю.

13 ФРАЗ, КОТОРЫЕ СДЕЛАЮТ ИЗ РЕБЁНКА ЛИЧНОСТЬ:

“

- Я в тебя верю.
- Бояться – это нормально.
- Слезы – не признак слабости.
- Не сомневаются в себе только дураки.
- Всегда отвечай за свои слова!
- Я люблю тебя всегда.
- Можно злиться друг на друга, но не переставать любить.
- Твои желания и границы заканчиваются там, где начинаются границы других людей.
- У каждого действия есть свои последствия.
- Лучше попробовать и пожалеть, чем не попробовать и пожалеть.
- Всегда поступай по совести и не бойся ответственности.
- Необязательно всегда быть добрым и удобным, будь взаимным.
- Ты не обязан уступать, но и другие не обязаны уступать тебе.



20 ФРАЗ РЕБЁНКУ ВМЕСТО «ПЕРЕСТАНЬ ПЛАКАТЬ»:

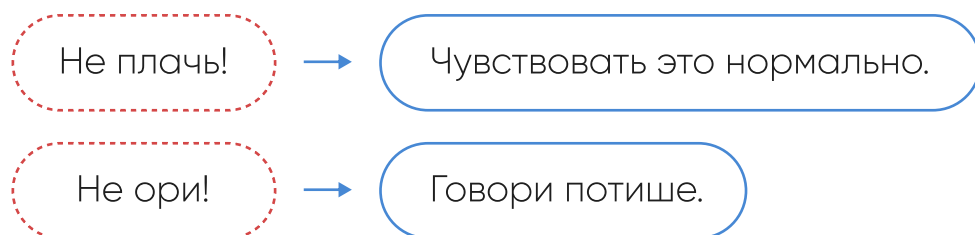
“

- Расскажи мне об этом.
- Ты прав, это неприятно.



- Я рядом.
- Грустить – это нормально.
- Я понимаю тебя.
- Можешь побыть один, если ты не хочешь сейчас со мной разговаривать. Но помни, что я рядом, и ты всегда можешь ко мне обратиться.
- Я помогу тебе с этим справиться.
- Можешь поплакать, если тебе хочется.
- Я всегда готова тебя выслушать.
- Да, тебе сейчас нелегко.
- Представляю, как ты рассержен.
- Не беспокойся, я с тобой.
- Я слушаю тебя.
- Тебе очень обидно, да?
- Это было несправедливо, правда?
- Тебе сейчас очень трудно, малыш?
- Все пошло не так.
- Я вижу, как для тебя это важно.
- Ты имеешь право волноваться.
- Я люблю тебя любого.

КАКИЕ ФРАЗЫ И КАК ЗАМЕНИТЬ В РАЗГОВОРЕ С РЕБЁНКОМ:



Не беги, упадешь!



Будь осторожнее!

Ты что, глухой?



Послушай меня.

Тебе не стыдно?



Это нехороший поступок!

Не бойся!



Бояться нормально.

Потому, что я так сказала!



У нас в доме такие правила.

Как ты меня достал!



Я очень рассержена.

Только попробуй – получишь!



Этого делать нельзя!

15 ВОПРОСОВ РЕБЁНКУ, ЧТОБЫ УЗНАТЬ, О ЧЕМ ОН МОЛЧИТ:



- Какая твоя самая заветная мечта?
- Больше всего я люблю, когда мама.... А ты?
- На кого из героев мультфильма/книги ты бы хотел быть похож и почему?
- Что тебя сегодня порадовало?
- Что тебя сегодня огорчило?
- Чем ты гордишься и почему?
- Чего ты боишься больше всего и почему?
- Какие правила в семье тебе не нравятся?
- Что больше всего тебе нравится в твоей семье?
- Если бы ты мог взять одного человека на необитаемый остров, кто бы это был?
- Какую суперсилу ты бы хотел иметь?

- Если бы у тебя была волшебная палочка, какие бы три желания ты загадал?
- Как ты думаешь, какой будет твоя жизнь в будущем?
- Что доставляет тебе радость? Какие занятия делают тебя счастливым?
- Что такое любовь?

НЕ ГОВОРИТЕ РЕБЕНКУ «МОЛОДЕЦ», СКАЖИТЕ ЭТО:

- Мне кажется это было лучшим твоим решением!
- Ты уже значительно лучше справляешься с этим заданием, ты заметил (-а)?
- Я вижу, ты много экспериментировал (-а) и использовал (-а) новые цвета в рисунке.
- Я так горжусь тобой!
- О, как ты это придумал (-а)?
- Мне очень интересен твой ход мыслей.
- Ты мне очень помог (-ла), спасибо за помощь!
- Ого! Ты долго работал (-а) над этим?