

Консультация педагога- психолога для ОСОЗНАННЫХ родителей

Иногда общаясь с собственными детьми мы не понимаем почему они нас слушают, но не слышат. Да, сегодня изменилось время, общество, но психология любого общения всегда строилась на основных китах: уважении другого, эмпатии и сопереживании.

Эти базовые потребности каждого из нас. А современным детям удовлетворение этих потребностей архи важно, так как это помогает им вырасти самодостаточными и успешными!

Ещё, в общении с детьми пробуйте применять аффирмации и вы увидите, как меняется ситуация.

Аффирмации — это позитивные фразы самовнушения, утверждения, которые создают нужный эмоциональный настрой. Принято думать, за счёт влияния на подсознание помогают притягивать необходимые события в свою жизнь.

Считается, что при многократном повторении позитивной фразы подсознание закрепляет и запоминает требуемый образ или установку, улучшает психоэмоциональный фон и стимулирует положительные перемены в жизни.

Памятка для родителей 12 фраз, которые необходимо говорить ребенку!

1. Ты для меня очень важен. Пусть ребенок знает, что грязная посуда и сообщения электронной почты могут подождать. Он должен знать, что важен для Вас.



2. Я скучала по тебе. Дайте почувствовать, насколько сильно Вы стремитесь быть ближе к ребенку.

3. Ты совершил ошибку, но можно все исправить. Скажите ребенку, когда он сделал ошибку. Помогите ему сделать правильно, направьте. И напоминайте, что Вы его любите независимо от совершенных им ошибок.

4. Ты сделал все правильно. Вы должны показать, что гордитесь им.

5. Ты особенный. Покажите, как удивительно различны и совершенны все в этом мире. Покажите ему особенности их и Ваших характеров, научите определять характеры окружающих. Это очень полезные навыки.

6. Плакать – это нормально. Поощряйте своих детей не скрывать своих чувств. Люди плачут, когда им грустно, больно, одиноко, и иногда даже когда они счастливы. Позволяйте ребенку делиться своими эмоциями.



7. «Уважай себя и других». Пример: «Помни, что нужно уважать себя и других, даже если ты нервничаешь».

8. Ты молодец! Даже если ребенок не справился со своей задачей, но постарался, Вы должны поддержать его. Из маленьких побед выстраивается большой успех, из маленьких разочарований - отчаянье.

9. Прости. Умение признавать, когда Вы не правы, и извиняться, самый лучший пример для подражания.

10. Я люблю тебя! Говорите это вслух каждый день. Ребенок должен знать, что Ваша любовь безусловна, незаменима и навсегда.

11. Тебе нужна помощь? Всегда спрашивайте, прежде чем помогать.

Самостоятельность рождается в поиске решения проблемы. Если же малыш не может справиться, подбодрите его, и покажите, как можно что-то сделать правильно.

12. Можешь ли ты мне помочь? Важно, чтоб ребенок видел Вас, как человека, у которого много забот и хлопот о близких людях. Пусть видят вашу уязвимость. Пусть ребенок учится предлагать и оказывать помощь сам.

Как говорить, чтобы быть услышанными?

Итак, теперь вы знаете фразы, которые нужно говорить ребенку каждый день. Но как их говорить, чтобы быть услышанными?

Вот основные правила:

- привлеките полное внимание ребенка, и не начинайте говорить, пока он не обратит на вас внимание;
- важен контакт глаз — надо установить контакт глаз и находиться на уровне глаз чада;
- говорить важно спокойно, достаточно тихо, без лишних эмоций, но твердо и уверенно;
- дошкольникам нужно обязательно объяснять смысл сказанного, отвечать на все вопросы.

С уважением, педагог- психолог Елена Витальевна Маковская!

