**Говорить с ребенком – как?**

**Правила эффективного общения**

Эффективное общение предполагает наличие взаимного уважения, когда дети и взрослые откровенно и без страха критики или осуждения могут выражать свои убеждения и чувства, зная, что они будут приняты. **Принять** - значит показать, что вам понятны чувства ребенка, даже если вы и не разделяете их убеждения.

Человек, умеющий хорошо слушать, сконцентрирован на том, что ему говорят. Он смотрит ребенку в глаза, часто повторяет: "Я тебя слушаю внимательно!". Иногда он молчит, иногда отвечает.

Слушая ребенка, *дайте ему понять и прочувствовать, что вы понимаете его состояние,* чувства, связанные с тем событием, о котором он вам рассказывает. Для этого **выслушайте,** а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Вы убьете сразу трех зайцев:

*- ребенок убедится, что вы его слышите;*

*- ребенок сможет услышать самого себя как бы со стороны и лучше осознать свои чувства;*

*- ребенок убедится, что вы его поняли правильно.*

Слушая ребенка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют нас, что у них все в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимика не совпадают, всегда *отдавайте предпочтение мимике, выражению лица, позе, жестам, тону голоса.*

**Поддерживайте и подбадривайте** ребенка без слов. *Улыбнитесь, обнимите, подмигните, потрепите по плечу, кивайте головой, смотрите в глаза, возьмите за руку.*

Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. *Ваш тон "говорит" не менее ясно, чем ваши слова.* Он не должен быть насмешливым. У вас может не быть готовых ответов на все вопросы.

Поощряя ребенка, **поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность** в том, что он вам рассказывает.

Если вы будете обращаться с детьми как с лучшими друзьями, то ваши отношения могут улучшиться.

*Поощряйте, хвалите ребенка за старание и усилия так же, как и за достижения.* Замечайте даже самые маленькие успехи. Давайте понять, что старание и настойчивость часто важнее результата.

Помогайте детям ставить реалистические цели. Если они сами или их родители ожидают слишком многого, неудача может стать разрушительной для их личности.