**Памятка для родителей.**

**Правила эффективного общения.**

***Правило 1.*** Слушая ребенка, дайте ему понять и почувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием, о котором он вам рассказывает. Для этого выслушайте ребенка, 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 осознавать свои чувства;
* Ребенок убедится, что вы его поняли правильно.

***Правило 2.*** 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.

***Правило 3.*** Поддерживайте и подбадривайте ребенка без слов. Улыбнитесь, обнимите, подмигните, потрепите по плечу, кивайте головой, смотрите в глаза, возьмите за руку.

***Правило 4.*** 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.

***Правило 5****.* Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом…».

**Два мгновения для целебного одобрения.**

***Похвалите своего ребенка с утра*,** и как можно раньше, и как можно доходчивее, теплее – не бойся и не скупись, даже если собственное настроение никуда. Ваше доброе слово, объятие, поцелуй, ласковый взгляд – отличная подпитка на весь долгий и трудный день!

*И на ночь не отпускайте ребенка во тьму без живого знака живой любви*…

*С уважением педагог – психолог С.Ю. Секерина*

*НРМОБУ «Сингапайская СОШ»*