**Рекомендации для родителей**

**«Поиск понимания в общении»**

 Представление детей о себе и мире базируется на их каждодневном опыте. Одним из самых ценных аспектов опыта, который родители могут обеспечить своим детям, это общение с ними. В процессе такого постоянного взаимодействия дети с родителями могут развивать взаимоотношения, которые помогут детям узнавать о себе самих и о мире. Взрослые, заботящиеся о детях, ответственны за создание и поддержание с ними позитивного общения.

**Советы родителям для нормализации общения с ребенком.**

* Безусловное принятие ребенка, то есть нужно любить его не за то, что он умный, хорошо учится, послушный и т.д., а просто так, за то, что он есть, и не забывать говорить об этом.
* Испытывать негативные эмоции - это нормально, важно проявлять свое недовольство адекватно. Выражайте недовольство отдельными действиями, а не ребенком в целом. ("В этот раз ты не старался, я расстроена твой плохой оценкой" вместо "Ты неумеха и лентяй, так и знала, что получишь двойку!").
* Старайтесь обращаться к ребенку не только с претензиями и критикой, важно говорить на равных, тогда ребенок будет стремиться к общению. Для начала постарайтесь зафиксировать (можно письменно), сколько раз за день Вы обращаетесь ребенку с критикой и нравоучениями, а сколько - просто так, чтобы обсудить что-то интересное, поделиться новостями, мыслями; сколько раз Вы похвалили ребенка за день? Доброжелательных обращений должно быть больше!
* Если мы искренне говорим с ребенком о том, что чувствуем, он тоже учится говорить о своих чувствах, а, следовательно, и лучше их понимать.
* Ребенку очень важно слышать от близких взрослых позитивную оценку его действий, недаром некоторые дети открыто спрашивают: " Ты меня любишь?", даже провоцируют "Я плохой, я дурак..." при этом надеясь (подсознательно), что его разубедят, скажут что-то наподобие "Я думаю, что ты хороший, умный, просто сегодня не получилось, нужно постараться в следующий раз, я все равно тебя люблю".
* Важно, чтобы ребенок умел выражать свои чувства словами, а для этого нужно развивать его речь (беседы, чтение книг и т.д.).
* Часто семейные тайны оказывают негативное влияние на психоэмоциональное развитие ребенка - он чувствует, что что-то не так, но, не зная причины, начинает сомневаться прежде всего в себе, появляются необоснованные страхи, которые переходят в депрессию со всеми последствиями. Практически во всех случаях поговорка "Лучше горькая правда, чем сладкая ложь" оказывается актуальна, но важно дозировать информацию в соответствии с возрастом ребенка.

 Помните, что ребенок воспроизводит с другими людьми (а потом и со своими детьми) модель поведения и общения, усвоенную в семье.

**Общение родителей со своими детьми – необходимое условие их полноценного развития.**

 Расспрашивайте детей о прошедших событиях; уточняйте детали и используйте новые слова для описания событий («Расскажи мне, с кем ты сегодня общался? Что вы делали?»).

Поддерживайте детей в выражении их эмоций, описании как позитивных, так и негативных эмоций, обсуждайте с ними возможные причины их возникновения.

Создавайте условия для фантазирования, разыгрывания воображаемых ситуаций, как в одиночку, так и вместе с друзьями (например, изображая ведение домашнего хозяйства, играя в космонавта).

Предоставляйте детям возможность соотносить услышанные слова с написанными (например, слушайте истории ребенка и записывайте их; предлагайте ребенку игры, которые ему хорошо знакомы).