



# Чек – лист

## 6 правильных фраз

*в разговоре с ребенком*

***Начинайте разговор с ориентацией на себя:***

***Я вижу, что...***

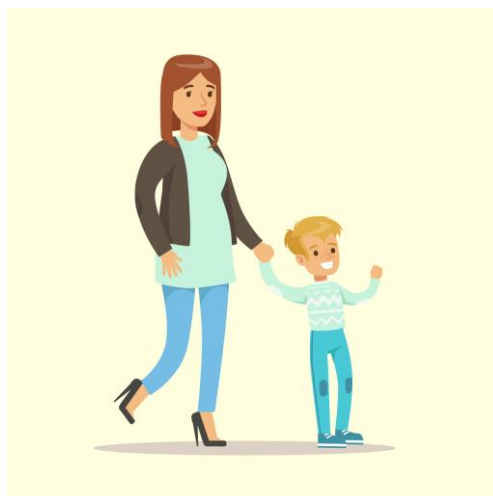
***Мне не нравится...***

***Мне неудобно...***

***Я хотел бы...***

***Я сейчас...***

***Я не люблю...***



***В мягких конструкциях должны звучать четкие правила!***

***Примеры фраз:***

- ✓ ***«Я вижу, что ты хочешь со мной поиграть, но я сейчас занята. Через 20 минут я освобожусь и мы поиграем»***
- ✓ ***«Мне не нравится беседовать, когда меня перебивают»***
- ✓ ***«Мне неудобно ходить по игрушкам, убери их, пожалуйста»***
- ✓ ***«Я хотел бы услышать: «Папа, я готова, возьми меня на прогулку»***
- ✓ ***«Я не люблю, когда дверь остаётся открытой. Закрой её, пожалуйста!»***



## **Чек – лист**

# **14** ошибок родителей

- 1. Использует обвинительный тон**
- 2. Родитель думает о своих проблемах в общении с ребенком**
- 3. Родитель не смотрит на ребенка**
- 4. Родитель смотрит, но не видит изменений в лице и теле**
- 5. Родитель додумывает за ребенка**
- 6. Родитель усиливает негативные эмоции ребенка**
- 7. Жалость в голосе родителя**
- 8. Тревожность родителя**
- 9. Отрицание желаний и чувств ребенка**
- 10. Отвлечение родителя в момент, когда ребенок делится важным**
- 11. Родитель демонстрирует растерянность в ответ на эмоции ребенка**
- 12. Родитель навязывает ребенку эмоции, которых у него нет**
- 13. Родитель ожидает от ребенка сверх его возможностей**
- 14. Родитель не дает понимания, как справиться с той или иной ситуацией ребенку**

