



# 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**