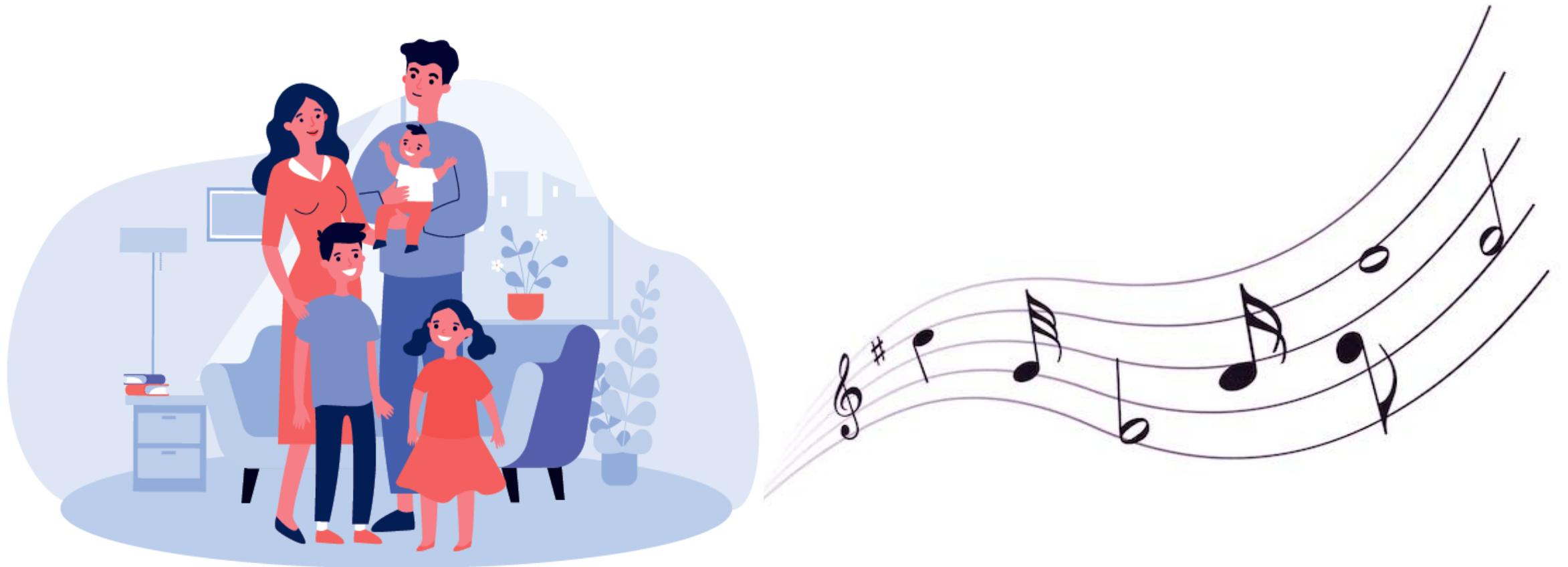
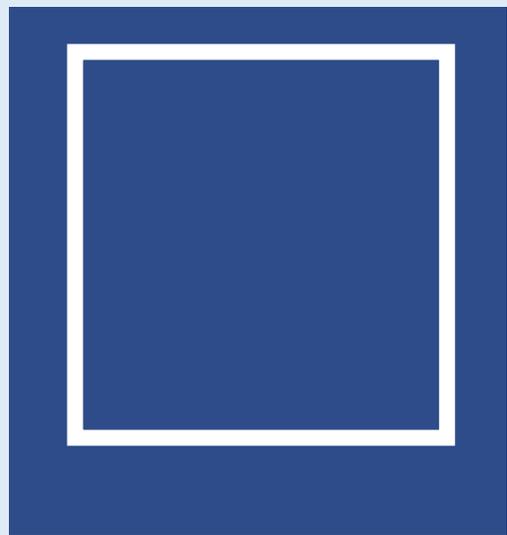


МЕЛОДИЯ ОТНОШЕНИЙ: как общаться с ребенком?





**ЧТО ЧУВСТВУЕТЕ?
ВАШИ АССОЦИАЦИИ?**





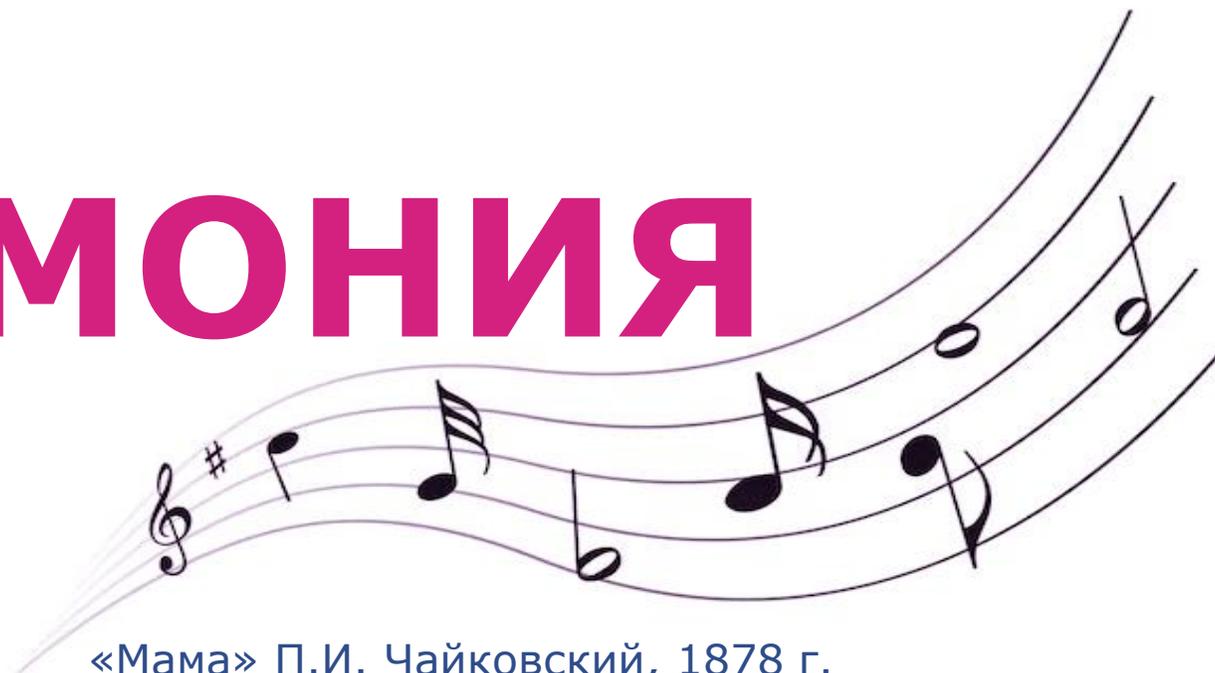
МУЗЫКА ПЕРЕДАЕТ НАШИ

ЭМОЦИИ И НАСТРОЕНИЕ

МЕЛОДИЯ –

ГАРМОНИЯ

ЗВУКОВ

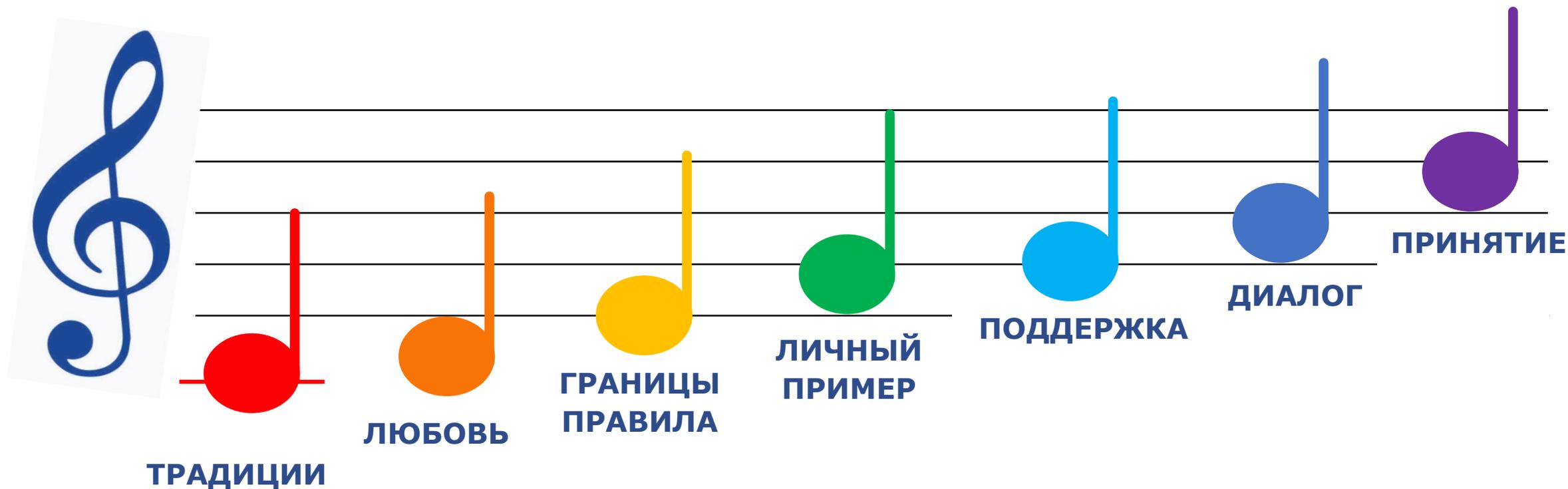


«Мама» П.И. Чайковский, 1878 г.

**КАК ПРЕВРАТИТЬ ОБЩЕНИЕ
С РЕБЕНКОМ В МЕЛОДИЮ?**



СЕМЬ НОТ МЕЛОДИИ ОБЩЕНИЯ



1 ТРАДИЦИИ

Какие ТРАДИЦИИ И РИТУАЛЫ есть в вашей семье?

ОТДЫХ оладушки
путешествия записки вечера
праздники
объятия театр ёлка
чтение ужин
поездки игры
отпуск подарки
фотоальбом кино
ВОЛОНТЕРСТВО
ПЕЛЬМЕНИ



Не допускайте фальшивых нот



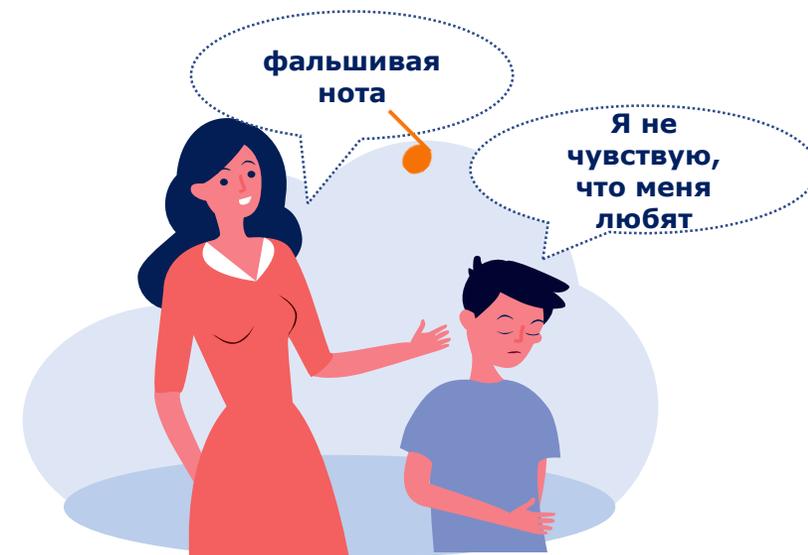
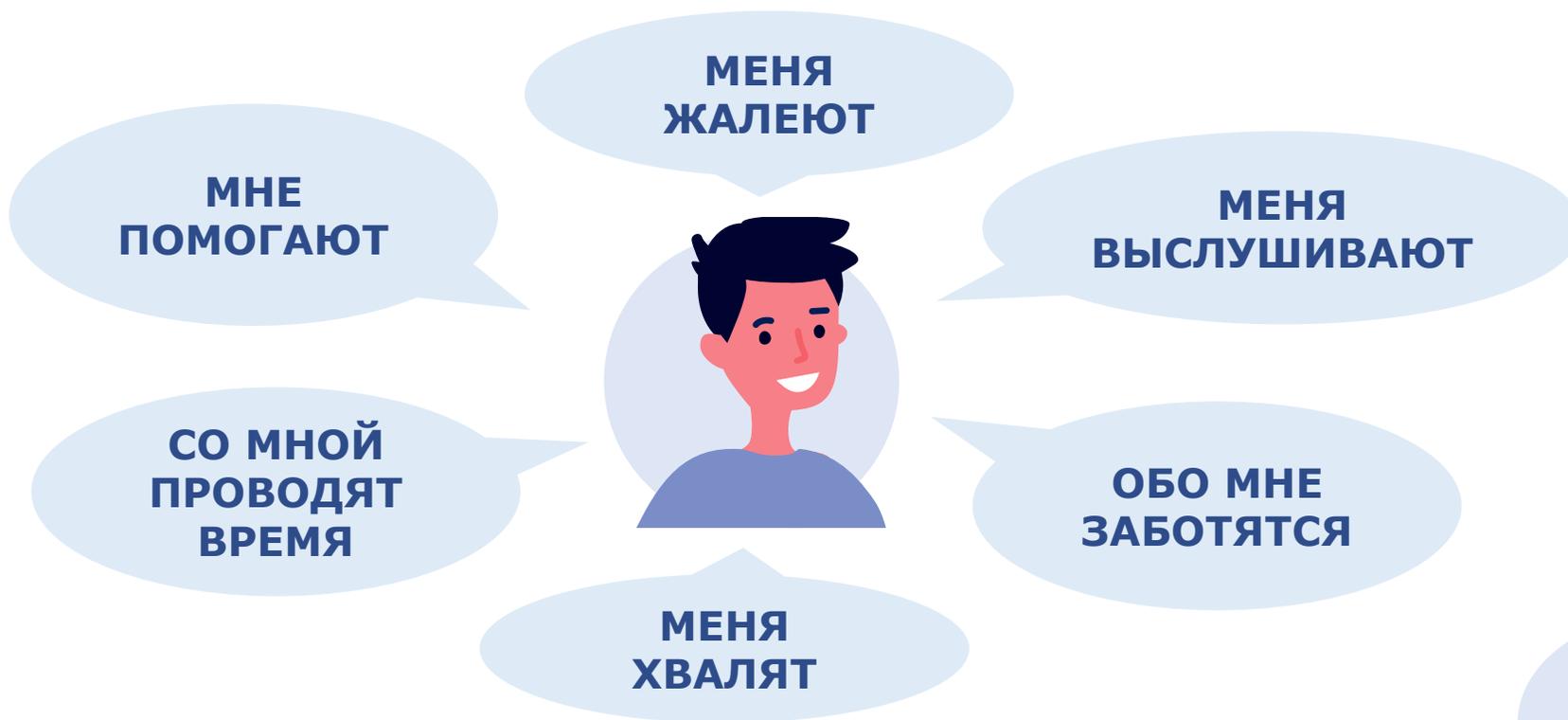
Результаты опроса **548** участников от **23** лет и старше



2

ЛЮБОВЬ

Как ребенок понимает, что родители его любят?



Ребенку важно **СЛЫШАТЬ**, что его любят!



3 ГРАНИЦЫ И ПРАВИЛА

Как сделать общение безопасным?

- Будьте **последовательным и предсказуемым**
- Открыто **говорите о проблемах/трудностях**
- Уважайте **личное пространство друг друга**

обсуждайте и вместе выполняйте правила общения и поведения

замалчивание проблем приводит к конфликтам

у каждого в семье свои границы!



Как сказать «НЕТ»?

- **Сохраняйте спокойствие, озвучьте свою позицию**
- **Объясните причину отказа**
- **Предложите альтернативу/компромиссное решение**

ПРАВИЛО ТРЕХ
«ДА»

Ситуация: подросток 14 лет просит разрешить провести выходные в малознакомой компании

не повышайте голос, демонстрируйте уверенность

подберите понятные ребенку слова, весомые и актуальные для него аргументы

обсудите альтернативу с ребенком

Как избежать фальшивых нот

Я так сказала!

Не смей!

Даже не думай!

У тебя нет права решать!

Это не обсуждается!



4

ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР

Что мы «передаем» детям своим примером?

- **ЦЕННОСТИ**

то, что для нас важно

- **МОДЕЛИ ПОВЕДЕНИЯ**

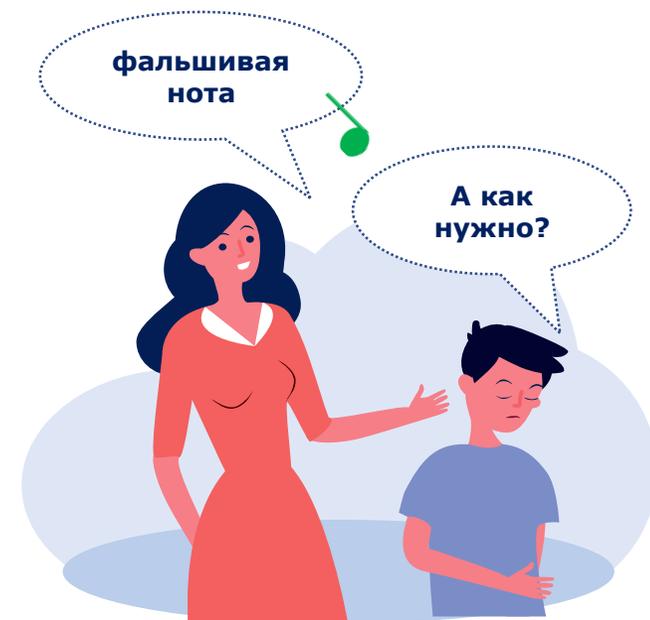
поведение в различных ситуациях

- **ОТНОШЕНИЕ К ЛЮДЯМ**

доверие/недоверие
критика/одобрение

- **МАНЕРУ ОБЩЕНИЯ**

интонация/мимика/жесты







5

ПОДДЕРЖКА

• ПРИСОЕДИНЕНИЕ



«Я тебя понимаю»



«У меня было еще хуже, ты даже не представляешь, как мне было тяжело»

• Указание на СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ребенка



«Ну и что, что ты самый низкий в классе, зато ты волонтер, помогаешь другим»



«Ты сильный, ты справишься»

• ПЛЮСЫ ситуации



«Теперь у тебя есть опыт, хорошо, что это произошло сейчас»



«Это вообще не проблема»

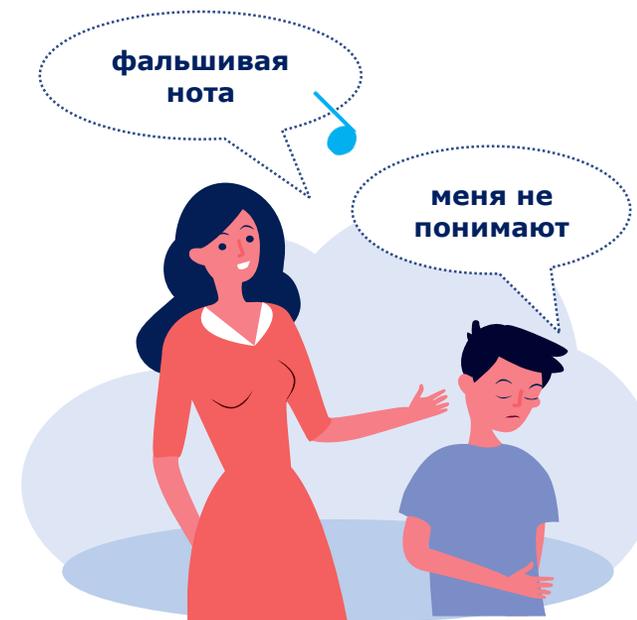
• Предложение ПОМОЩИ



«Я поговорю с твоими одноклассниками»



«Чем я могу тебе помочь?»





6

ДИАЛОГ

Как выстроить диалог с ребенком?

- Задавайте **ОТКРЫТЫЕ** вопросы
- Используйте **АКТИВНОЕ** слушание
- **Я-сообщение**

Расскажи, что случилось?
Что тебя беспокоит?

- Пауза
- Уточнение
- Резюмирование и др.

Расскажите о своих чувствах без обвинений и оценки личности ребенка

Ю. Б. ГИППЕНРЕЙТЕР

Общаться
с ребенком
Как?

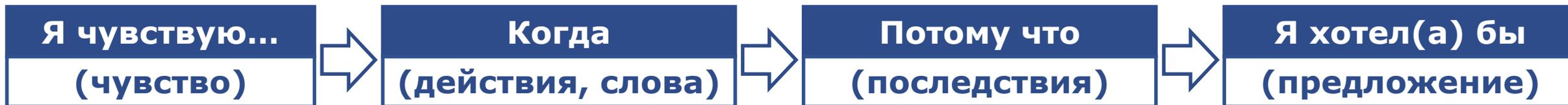


фальшивая
нота

меня не
слышат



Я-СООБЩЕНИЕ – ЭФФЕКТИВНЫЙ ПРИЕМ В ОБЩЕНИИ



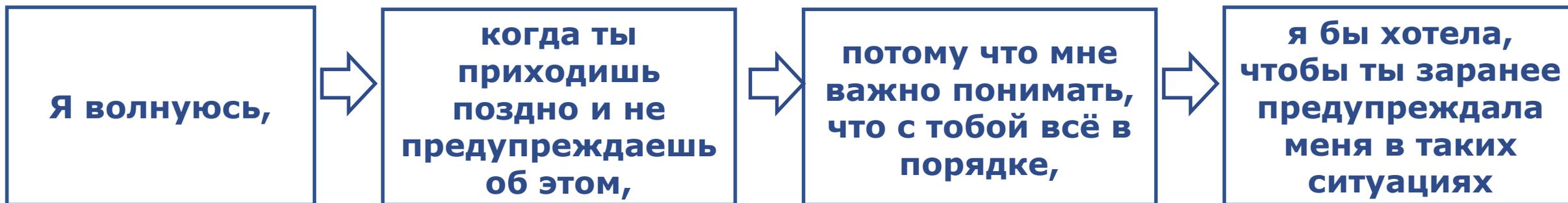
Ситуация

Дочь 15 лет поздно вернулась домой, заранее не предупреждала, что задержится, на телефон не отвечала

ТЫ-СООБЩЕНИЕ:

Бессовестная, сил моих больше нет, завтра вообще никуда не пойдешь

Я-СООБЩЕНИЕ:



Возможные ошибки техники Я-сообщения:

- **Я-сообщение с обвинением:** «Я разозлилась, потому что ты постоянно опаздываешь»
- **Оскорбления:** «Мне стыдно, что у меня сын – двоечник»

СИТУАЦИЯ

Сын 8 лет отказывается ложиться спать, просит поиграть еще полчаса

Я
чувствую.../Мне...

Когда

Потому что

Я хотел(а) бы

Я волнуюсь,

когда ты поздно
ложишься спать,

потому что
ты
не выспишься,
и тебе будет
тяжело на уроке,

давай вместе
подумаем, какое
время лучше
всего оставить
для игр

7

ПРИНЯТИЕ

— позитивное отношение к ребенку без условий

Как стать принимающим родителем?

- Выстраивайте свои ожидания в соответствии с возможностями ребенка

Предъявляйте разумные требования

- Фиксируйте свое внимание на положительных моментах

Хвалите, помогайте преодолевать неудачи

- Найдите причины поведения, прежде чем разбирать его последствия

Помните, что нежелательное поведение требует решения, а не наказания







ТРАДИЦИИ

делают нас ближе



ЛЮБОВЬ

дает ресурс



ГРАНИЦЫ И ПРАВИЛА

дают стабильность
в отношениях



ПРИНЯТИЕ

учит ценить себя



ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР

формирует ценности и
навыки общения



ПОДДЕРЖКА

помогает преодолевать
трудности



ДИАЛОГ

помогает услышать
друг друга



памятка для
родителей

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей

8 800 2000 122

круглосуточно

8 800 250 11 91

09.00 – 21.00, пн.-пт.

ОЧНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ГБУ ГППЦ ДОНМ

Официальный сайт:

<http://gppc.ru>

Единая справочная ГППЦ:

8 (495) 730 21 93

АНОНИМНЫЙ ЧАТ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

«МЫРЯДОМ.ОНЛАЙН»

09.00 – 21.00, пн.-пт.

<https://мырядом.онлайн>

Педагог-психолог:



E-mail:

тел.