

## Беспокойный ребенок

### Как разговаривать с беспокойным ребенком

1. Недопустимы (даже в критических ситуациях) грубость, унижение, злость. Выражения такие как «терпеть не могу», «ты меня извел», «у меня нет сил», «ты мне надоел», повторяемые несколько раз в день (не говоря о более грубых), бессмысленны.
2. Не разговаривайте с ребенком между делом, раздраженно, показывая всем своим видом, что он отвлекает вас от более важных дел, чем общение с ним. Извинитесь, если не можете оторваться от дела, и обязательно поговорите с ним позже.
3. Если есть возможность отвлечься хотя бы на несколько минут, отложите все дела, пусть ребенок почувствует ваше внимание и заинтересованность.
4. Во время разговора помните, что важны тон, мимика, жесты, на них ребенок реагирует сильнее, чем на слова. Они не должны демонстрировать недовольство, раздражение, нетерпение.
5. Разговаривая с ребенком, задавайте вопросы, требующие пространственного ответа.
6. Поощряйте ребенка в ходе разговора, покажите, что вам интересно и важно то, о чем он говорит.
7. Не оставляйте без внимания просьбы ребенка. Если просьбу нельзя выполнить по какой-то причине, не отмалчивайтесь, не ограничивайтесь коротким «нет», объясните, почему вы не можете ее выполнить. Не ставьте условия для выполнения просьбы, например: «Если ты сделаешь это, то я сделаю то-то». Вы можете поставить себя в неловкую ситуацию.