**Консультация для родителей**

 ***«Учим ребенка общаться со взрослыми и сверстниками»***

Родителям хочется видеть своего ребенка счастливым, улыбающимися, умеющими общаться с окружающими людьми. Но не всегда ребенку самому удается разобраться в сложном мире взаимоотношений со сверстникам и взрослыми. Задача взрослых - помочь ему в этом.

Способность к общению включает в себя:

Желание вступать в контакт с окружающими *(«Я хочу!»)*.

Умение организовать общение *(«Я умею!»)*, включающее умение слушать собеседника, умение эмоционально сопереживать, умение решать конфликтные ситуации.

Знание норм и правил, которым необходимо следовать при общении с окружающими *(«Я знаю!»)*.

**В возрасте 3-7 лет** ведущей является игровая деятельность, а ведущими потребностями становятся потребность в самостоятельности, новых впечатлениях и в общении.

 Отдельно хотелось бы рассмотреть типичные трудности в общении дошкольника - замкнутость, застенчивость, конфликтность, агрессивность и предложить варианты игровой коррекции. Среди причин личностных проблем ребенка могут быть психофизиологические, соматические, наследственные, а также неблагополучные отношения в семье.

Важным компонентом благополучного развития ребенка является формирование его адекватной самооценки, на становление которой большое влияние оказывают родители, зачастую не давая себе отчета в этом *(уже с самого раннего возраста)*. Качества адекватной самооценки - активность, находчивость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт.

 **Советы родителям по формированию адекватной самооценки:**

- не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного;

- не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком;

- поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его;

- не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого;

- показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела;

- не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой *(тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра)*.

 **Советы родителям замкнутых детей:**

Замкнутый ребенок в отличие от застенчивого не хочет и не знает, как общаться.

- расширяйте круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми;

- подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали, а также какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком;

- стремитесь сами стать для ребенка примером эффективно общающегося человека;

- если вы заметили, что, несмотря на ваши усилия, ребенок становится все более замкнутым и отстраненным, обратитесь за квалифицированной помощью.

 **Изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:**

- проявляется достаточно твердости и последовательности в воспитании;

- контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;

- не давайте ребенку категорических указаний, избегайте слов «нет», «нельзя»;

- стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;

- реагируйте на действия ребенка неожиданным способом *(шутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного и т. д. )*;

- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;

- не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;

- выслушайте то, что хочет сказать ребенок.

 **Изменение психологического микроклимата в семье:**

- уделяйте ребенку достаточно внимания;

- проводите досуг всей семьей;

- не допускайте ссор в присутствии ребенка.

 **Организация режима дня и места для занятий:**

- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи;

- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;

- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;

- избегайте по возможности больших скоплений людей;

- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

 **Специальная поведенческая программа:**

- придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказание за плохое поведение.

- не прибегайте к физическому наказанию

- чаще хвалите ребенка, т. к. он чувствителен к поощрениям

- составьте список обязанностей ребенка и постепенно расширяйте его, предварительно обсудив их с ребенком

- воспитывайте в детях навыки управления гневом и агрессией

- не старайтесь предотвратить последствия забывчивости ребенка

- не разрешайте откладывать выполнение заданий на другое время

Помните, что словесные убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными, т. к. гиперактивный ребенок еще не готов к такой форме работы.

Надеемся, что наши рекомендации помогут семьям в вопросах воспитания детей.

