

АРТИСТЛЭНД СОВМЕСТНО
С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ ЦЕНТРОМ «ПАЗЛ»

ЧЕК-ЛИСТ
«5 ГЛАВНЫХ ПРАВИЛ
ОБЩЕНИЯ С
ДОШКОЛЬНИКОМ»



- рекомендации для качественного общения с ребёнком
- практические советы



МЫ СОБРАЛИ ДЛЯ ВАС КРАТКИЙ, НО ЁМКИЙ ЧЕК-ЛИСТ

где самые простые и действенные
рекомендации для качественного
общения с ребёнком



/// СЛУШАЙТЕ ВНИМАТЕЛЬНО

- **Смотрите на ребенка, когда он говорит**
Поддерживая зрительный контакт с ребенком, вы сообщаете ему, что он важен и то, что он говорит имеет значение, тем самым укрепляя его самооценку и веру в себя
- **Кивайте и поддакивайте, показывая интерес**
Невербальными жестами вы показываете ребенку, что заинтересованы и слышите его
- **Повторяйте за ним важные слова**

Пример:

Малыш: «Папа, я построил большой замок из кубиков!»

Вы: «Ух ты, большой замок! Расскажи мне о нем подробнее.»

✂ УВАЖАЙТЕ ЧУВСТВА РЕБЕНКА

- **Не говорите «Не плачь» или «Это ерунда»**

Покажите, что понимаете его переживания

- **Помогите назвать эмоцию**

Пример:

Вместо «Не злился, это глупо» скажите: «Я вижу, ты сердишься. Давай поговорим об этом?»

- **Так же вы можете вместе почитать про эмоции, зачем они нужны и как с ними обходиться, а после совместно обсудить прочитанное**

Рекомендуем к прочтению: Н.Б. Кедрова «Азбука эмоций»; Виктория Шиманская «Где живут эмоции? Практические задания для развития эмоционального интеллекта»

✂ ГОВОРИТЕ ПОНЯТНО

- **Давайте простые и ясные указания**
- **Убедитесь, что ребенок вас понял**
- **Объясняйте, почему вы что-то просите**

Пример:

Вместо «Прекрати шуметь!», скажите:

«Пожалуйста, говори тише. Бабушка отдыхает, и мы не хотим ее разбудить.»

✂ ПООЩРЯЙТЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ - - -

- Давайте выбор: "Яблоко или банан?"
- Хвалите за старания, а не только за результат
- Позволяйте делать то, что ребенок может сам

Пример:

«Молодец, что сам пытаешься завязать шнурки! Даже если не получилось идеально, ты очень старался.»

- Позволяйте делать то, что ребенок может сам

✂ БУДЬТЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫ - - -

- Держите слово
- Объясняйте правила просто и ясно
- Не меняйте решения просто так

Пример:

Если сказали «Поиграем в парке 30 минут», не уходите через 10 минут и не оставайтесь на час

ПРАКТИЧЕСКИЙ СОВЕТ

- Выберите одно правило из списка и сосредоточьтесь на его применении в течение недели;
- отмечайте успехи и трудности;
- на следующей неделе добавьте еще одно правило, пока не освоите все пять

ПОМНИТЕ:



Терпение и любовь – ваши главные помощники в общении с ребенком!

А В КУЛЬТУРНОМ ЦЕНТРЕ "АРТИСТЛЭНД" ДОШКОЛЬНИК ОСВОИТ АЗЫ:

- актёрского мастерства,
- кино,
- вокала,
- танцев

НАУЧИТСЯ:

- лучше понимать свои эмоции,
- эмоции родителей и окружающих,
- контролировать свои эмоции и поведение



Потому что актёрское мастерство отлично развивает эмоциональный интеллект и многие другие навыки

ПРИХОДИТЕ К НАМ!

○ Чек-лист подготовила детский и семейный психолог,
Психологического центра «Пазл», Ксения Юсупова

Вы всегда можете обратиться в Психологический центр "Пазл", где профессиональные специалисты ответят на любые вопросы и проконсультируют вас

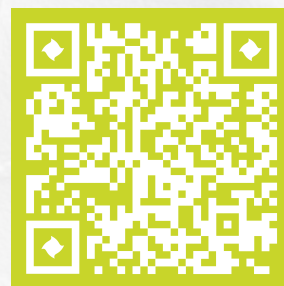
АРТИСТЛЭНД

Наши контакты:
+7(977)313-54-80
www.artistland.ru

ВДНХ - Дом культуры;
г. Зеленоград,
корпус 1650,
корпус 363



<https://t.me/artistlandru>



<https://vk.com/artistlandru>



[https://youtube.com/
@artistlandru?
si=x1o0BUtvnvEqxZLI](https://youtube.com/@artistlandru?si=x1o0BUtvnvEqxZLI)



[https://
www.instagram.com/
artistland.ru?
igsh=MXhuZHdoMGU4
MjJ3MA==](https://www.instagram.com/artistland.ru?igsh=MXhuZHdoMGU4MjJ3MA==)

АРТИСТЛЭНД - БУДЬ ЯРКИМ!

Психологический центр "Пазл"
Контакты:
Телефон: +7(915)211-71-21

Сайт: www.psyzel.ru
ВК <https://vk.com/psy.sentr.pazl>
Телеграм https://t.me/+e6wtfd7_AZA1Yzc6

