**Консультация для родителей**

**«Учим ребенка общаться»**

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:

1. Желание вступать в контакт с окружающими *(«Я хочу!»)*.
2. Умение организовать общение *(«Я умею!»)*, включающее умение слушать собеседника, умение эмоционально сопереживать, умение решать конфликтные ситуации.
3. 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.

Большинство родителей уверены в том, что ребенку нужны теплый дом, хорошая еда, чистая одежда, хорошее образование и стараются всем этим обеспечить своих детей. Но не всегда хватает времени, душевных сил и просто знаний о том, как помочь ребенку в его трудностях, как стать не просто родителями, а настоящим другом. В этом поможет игра, например «Зеркало» *(повторение движений другого человека)*, «Зоопарк» *(подражание зверям)*.

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)*.

Несмотря на свою занятость и нехватку времени родители должны с очень большой ответственностью, заинтересованностью и желанием активно принимать участие в жизни ребёнка, начиная с раннего возраста.

Время, какое мы можем подарить детям, для них полезнее и дороже любой игрушки.

Не поддавайтесь искушению облегчить себе жизнь, усадив малыша перед телевизором и занявшись в это время своими делами. Помните, что психика ребёнка формируется только в совместной деятельности со взрослым.

Играйте, гуляйте с ребёнком тогда, когда вы действительно настроены общаться с ним. Время, проведённое с сыном или дочерью только по родительскому долгу, приносит мало радости обоим. Иногда родителям бывает трудно сообразить, о чём говорить с ребёнком, чем заняться с ним. Если вы уделите ему внимание искренне, то можете не волноваться, он сам за вас решит эту проблему.

Разговор - самая привычная форма общения взрослых. Дети вообще очень интересуются своими родителями, им хочется узнать, что вы делаете, когда не бываете с ними. Вам, наверное, тоже интересно, что делает ребёнок в детском саду, с кем он дружит, что его волнует, что он думает о жизни.

Больше разговоров дети любят дела. Вы собрались чем-то заняться вместе с ребёнком. Возможно несколько вариантов:

вы предлагаете ребёнку подключиться к выбранному вами занятию. Участвуя в ваших делах, ребёнок познаёт мир и занятия взрослых. Если вы сумели найти общий язык с ребёнком, согласовать действия, даже самая трудная работа станет для него большим удовольствием. Главное – не задавить ребёнка своим авторитетом, опытом, «мудростью», оставить ему место для инициативы, творчества, возможности ошибаться. Последнее особенно важно, так как упрёки, если он что-то делает не так, как надо, сразу отнимают у ребёнка желание заниматься сообща с вами. Конечно, трудно удержаться от наставничества. Однако вам незачем волноваться из-за несовершенства своего ребёнка. Во–первых, он растёт и развивается, учится на своих ошибках сам. Во–вторых, если он был бы безупречным, он не был бы вашим ребёнком;

вы вместе с ребёнком решаете, что делать, сообща придумываете интересное занятие;

вы подключаетесь к детской деятельности. Например, принимаете роль игрового партнёра ребёнка. Если первые два варианта достаточно часто встречаются в семейной жизни, то о третьем этого не скажешь. Во всех случаях, если ребёнок получает удовольствие от совместного общения, он чувствует, что вы его любите, и сам начинает испытывать к вам более тёплые чувства;

Главным принципом в налаживании отношений с ребёнком должен стать принцип – безусловное принятие: любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть! Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть нужности другому, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Её удовлетворение - необходимое условие нормального развития ребёнка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребёнку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Подобные знаки безусловного принятия ребёнку нужны, как пища растущему организму. Они его питают эмоционально, помогая психологически развиваться.

Не всегда родители следят за своими обращениями к детям. По мере взросления у них прослеживается обида, одиночество, отчаяние. Они рассказывают о том, что родители с ними «не дружат», никогда не говорят «по – человечески», «тычут», «орут», используют только повелительные глаголы: «сделай», «убери», «принеси!» и т. д. В результате многие дети уже не надеются на улучшение обстановки дома и ищут помощи на стороне. Если дело дошло до таких крайностей для обеих сторон, ещё не всё потеряно: родители должны и могут вернуть мир в семью. Но для этого надо начинать с себя. Почему с себя? Потому что у взрослых больше знаний, способности контролировать себя, больше жизненного опыта.

Помните! Общение со взрослыми – самый мощный источник радостных переживаний для ребёнка.