**«Как правильно общаться с ребенком»**

Очень часто мамы жалуются на своих детей: «Он совсем не слышит меня» Все это, конечно, нас родителей раздражает и выводит из себя.

Главное, что нужно понять: ребенок игнорирует ваши просьбы вовсе не из-за вредности, а потому что это его возрастная норма. До четырех-пяти лет у малыша преобладает процесс возбуждения. Это означает, что ребенку сложно переключить свое внимание, например, с подвижной игры на более, то есть ребенку еще не под силу контролировать свое состояние. Этим навыком он овладеет только годам к 6-7.

Рекомендации психолога:

1. Будьте внимательны с выражением собственных эмоций. И психика и весь организм ребенка очень зависим от состояния родителей. Если вам хочется, чтобы ребенок услышал вас – постарайтесь успокоиться сами.

2. Привлеките детское внимание. Самостоятельно ребенку сложно переключиться с интересного дела на ваши просьбы. Например, ребенок увлеченно ковыряется в грязной луже, а мама стоит над ним и однотонно «нудит»: «Перестань это делать!». Со стороны ребенка не следует никакой реакции. На самом деле ребенок вас не слышит, потому что вся его психика сосредоточена на луже.

Присядьте до уровня головы ребенка, «словите» его взгляд. Вместе с ним посмотрите на то, что так его заинтересовало: «Ух, ты! Какая лужа! Жаль, что трогать ее нельзя. Давай найдем что-нибудь другое».

3. Изъясняйтесь понятно. Чем проще и короче фразы – тем быстрее ребенок поймет, чего вы от него хотите.

4. Повторяйте несколько раз. Да, иногда это раздражает. Но злость и раздражение в данном случае – это, извините, ваши проблемы. Ребенок ни в чем не виноват.

 «Сложи быстро игрушки» - попробуйте начать это вместе с ним. И не забудьте похвалить, когда он успешно справится с вашей просьбой! На любом этапе разговора, когда ребенок волнуется (рыдает, злится) - его следует успокоить, то есть это зрительный контакт (присядьте перед ребенком!) телесный контакт (возьмите его за руку, обнимите) ваше спокойствие. Если правильно общаться с ребенком, тогда он действительно вас услышит.

Приятного вам общения!