

4 вопроса, которые нужно задавать ребенку каждый день.



Не молчи, я задала вопрос!
Чего ты бубнишь,
нормально рассказывай!



Если захочешь, потом
расскажешь. А я в обед
встретила подругу, которую
не видела целых 4 года,
представляешь?



Ученые выяснили, что в день мы в среднем уделяем ребенку 12,5 минуты. Из этого времени 8,5 минуты уходят на упреки и запреты. И всего лишь 4 минуты остаются на дружеское общение.

Писательница Джейми Харрингтон сформулировала 4 вопроса, которые нужно задавать своему ребенку каждый день. «Задавайте вашему малышу открытые вопросы, на которые он не сможет просто ответить "да" или "нет". Это стимулирует детей описывать свои чувства и оценивать свои поступки», — пишет она. Итак, что же это за волшебные вопросы?

Как прошел твой день?

Если поначалу малыш будет отмахиваться и говорить «нормально», «все хорошо» и т.д., не стоит «вытаскивать рассказ клещами».

Расскажите ему о своем дне и поверьте, даже самый застенчивый, скрытный ребенок начнет с вами делиться тем, что у него на душе.



Что еще за Петя?
Я запрещаю тебе с ним общаться,
пока лично его не увижу!



Расскажи мне
о своем лучшем друге.
Какую самую приятную вещь
он делал для тебя?



Как дела у твоих друзей?

Вы можете спросить про какого-то одного друга или обо всех друзьях в общем. Важно, чтобы ребенок доверял вам и не боялся обо всем рассказывать.



Как это «ничего хорошего»?
Не может быть, не ври.



Не грусти, давай придумаем
что-то хорошее вместе.
Хочешь в кино?



Что хорошего произошло с тобой за день?

Когда на улице плохая погода или после сложной контрольной по математике трудно вспомнить что-то приятное, что произошло с тобой за день, нужно самостоятельно себя развеселить. Например, незапланированно сходить в кино, поиграть в какие-нибудь настольные игры дома и т. д. Такие фантазии выведут и вас, и ребенка из тяжких раздумий на волну положительных эмоций.



**Дай сюда. Что у тебя тут,
дай я сам сделаю.**



**Здорово, что ты хочешь
справиться сам. Обращайся,
если понадобится помощь.**



Тебе нужна моя помощь?

Все мы знаем, как иногда сложно просить помощи у кого-то. Ребенок, который не привык получать помощь в мелочах, вряд ли обратится к вам в сложной ситуации. Поэтому начинайте с малого — предложите помочь убрать в комнате, помогите с домашним заданием. Не бойтесь разбаловать сына или дочь, ведь чем больше вы помогаете по мелочам, тем выше вероятность, что в случае серьезного конфликта ребенок придет за советом к вам. Впрочем, это не означает, что нужно начать делать все вместо ребенка.

Слушая рассказ вашего ребенка, не перебивайте его и не торопитесь выносить суждения, комментируйте только тогда, когда вас об этом попросят. Не игнорируйте телесный контакт: обнимите вашего малыша или возьмите за руку. Если вы сейчас в плохом настроении или у вас нет времени — честно скажите ребенку об этом и договоритесь, когда вы сможете пообщаться позже.