



## Советы психолога родителям

**1-я стадия.** Услышьте проблему ребенка, позвольте ему проговорить ее. После того как ребенок убедился, что вы слышите его проблему, он гораздо более готов услышать и вашу, а также принять участие в поисках совместного решения.

**2-я стадия.** Обсуждение начинается с вопроса: «Как же нам быть?». После этого надо обязательно дать возможность ребенку предложить решение (или решения) первым и только затем предложить свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее с вашей точки зрения предложение не отвергается с места.

**3-я стадия.** Оценка предложенных решений и выбор наилучшего. Каждый вариант решения обсуждается совместно. «Стороны» уже знают интересы каждого участника и относятся к ним с уважением. Если в выборе лучшего решения участвует несколько человек, то «лучшим» считается то, которое принимается единодушно.

**4-я стадия.** Детализация принятого решения. Предположим, все члены семьи, включая ребенка, решили, что он уже «большой» и ему пора самостоятельно вставать, завтракать и выходить в школу. Это освободит маму от ранних хлопот и даст ей возможность выспаться. Однако одного решения мало. Надо передать ребенку будильник, научить им пользоваться. Может быть, в течение первых дней побыть с ним вместе: показать, где что лежит в холодильнике, как разогревать завтрак и т.п. По этому поводу можно даже заключить «двусторонний договор».

**5-я стадия.** Выполнение решения. Контроль. Если ребенку предстоит что-то делать регулярно (мыть посуду, покупать хлеб и т.д.), то на первых порах возможны и срывы. Не стоит пенять при каждой неудаче, лучше подождать несколько дней. В удобный момент, когда есть время у него и у вас, и никто не раздражен, можно спросить: «Ну, как у нас дела? Получается ли?». Лучше, если о неудачах скажет сам ребенок. Возможно, их будет слишком много. Тогда стоим уточнить: как он считает, в чем беда? Может быть, чего-то не учили, может быть, нужна какая-то помощь, или он бы предпочел другое, более ответственное задание.

Источник: «Общение с ребенком. Разрешение проблем»  
По материалам издательского дома  
«Первое сентября» (газета «Школьный психолог»)