**Уважаемые родители!** Пожалуй, находиться дома целыми днями, да еще и с детьми и удаленной работой – двойная нагрузка на организм и психику любого взрослого. Родителям важно помнить о том, что сейчас ни при каких обстоятельствах нельзя вставать в позицию учителя и надсмотрщика: "Задача родителей номер один… в текущей ситуации – это поддерживать физическое и психологическое здоровье детей".

Что касается распорядка всей недели, нужно включать в него пару дней, когда родители и дети смогут делать все, что захотят. При этом важно узнать у ребенка, чем он хочет заняться, и дать ему возможность самому попробовать распланировать свой день и при необходимости помочь ему с этим. Важно понимать, что мамы и папы – это пример для своих детей. "И если сами родители не следуют этому плану на день или на неделю, то и дети не будут".

**Но не забывайте несколько простых советов при общении со своими детьми.**

**Помните**, что многие из тех установок, которые они получают от вас, в дальнейшем определяет их поведение. Не говорите своему ребёнку того, чего бы вы ему на самом  деле не желали.

**Помните**, что в общении с детьми следует использовать разнообразные речевые формулы (прощания, приветствия, благодарности). Не забывайте утром приветствовать ребёнка, а вечером пожелать ему «спокойной ночи». Произносите эти слова с улыбкой, доброжелательным тоном и сопровождайте их тактильным прикосновением. Обязательно, хоть за маленькую услугу, оказанную ребёнком, не забывайте поблагодарить его.

**Помните**, нужно адекватно реагировать на проступки детей:

–    спросите ребенка о том, что произошло, попытайтесь вникнуть в его переживания, выяснить, что явилось побудительным мотивом для его действий, и понять его;

–    не сравнивайте ребёнка с другими детьми, например: «Сынок, посмотри, какой Миша молодец».

**Помните**, чтобы правильно организовать взаимоотношения детьми в процессе общения, необходимо преодолевать:

– ­­­­­барьер занятости (вы постоянно заняты работой, домашними делами);

– барьер взрослости (вы не чувствуете переживания ребёнка, не понимаете его потребности);

– барьер «воспитательных традиций» (вы не учитываете изменившиеся ситуации конструктивных отношений в системе, которые позитивно или негативно изменяют характер взаимодействия ребенка в семейном коллективе

– барьер «дидактизма» (вы постоянно пытаетесь поучать детей).

**Совершенствуйте** коммуникативные умения ваших детей:

– если ребёнок забывает говорить речевые этикетные формулы (приветствия, прощания, благодарности), то напомните ему об этом, например: «Сынок, поздоровайся с тётей» и т.д.;

– для развития умения устанавливать контакт с собеседником предложите детям игровую ситуацию;

– для развития умения понимать настроение и чувства другого предложите ребёнку понаблюдать за кем-либо из родственников, например: «Посмотри внимательно на маму. Как ты думаешь, какое у неё настроение? (Грустное.) Давай придумаем, как её можно развеселить»;

–    для развития у детей чувства эмпатии используйте сюжеты сказок. Попытайтесь узнать у детей: «Что хорошего в сказке? Есть ли хорошие герои? Назови. Есть ли плохие? Кто они? А почему они плохие? Что хорошего может произойти со сказочными героями?»

**Старайтесь** читать и всегда обсуждать сказки, опираясь на такие вопросы:

Кто из героев больше всего понравился?

На кого хочется быть похожим?

На кого из друзей похож персонаж?

Кого бы ты хотел похвалить в этой сказке?

Кто самый добрый? Почему?

**Предложите** детям самим сочинить сказку:

а) «сказка по-новому» – за основу берётся старая сказка, но детям предлагается наделить героев противоположными качествами (лиса становится послушной; заяц хитрым…);

б) «салат из сказок» – соединяются несколько сказок в одну (Кащей встречает зайчика и отправляется в избушку к Бабе Яге, где Иванушка играется с яблочками). Вариантов переплетений может быть множество, главное – не забывать о первых героях;

в) «сказка – калька» – главные герои сказки остаются, но попадают в другие обстоятельства – фантастические, невероятные («лиса и заяц обитают на летающей тарелке; Золушка живёт в девятиэтажном доме» и т.д.);

г) «продолжи сказку, придумай ей конец» (если бы петух не выгнал лису из избушки; если бы Иван-Царевич не победил Кащея; если бы Алёнушка не смогла спасти своего братца и т.п.).

Предложенные практические рекомендации ориентированы на

– снижение симбиотической зависимости ребенка от матери с целью нормализации отношений с другими членами семьи;

– включение членов семьи в психолого-педагогический процесс.

Таким образом, разработанные практические рекомендации, направленные на формирование конструктивных отношений в системе «родители – ребенок» позитивно изменяют характер взаимодействия ребенка в семейном коллективе.

С уважением педагог- психолог Т.Ю.Макарова