**Интерактивное занятие с элементами тренинга**

**для родителей учащихся III класса (IV четверть)**

**«Эффективное общение в семье – залог успеха школьника».**

Андрейковец Инна Васильевна,

педагог-психолог первой

квалификационной категории

ГУО «Средняя школа

№18 г. Пинска»

**Цель:** содействовать эффективному общению между родителями и детьми, побудить родителей к анализу своей родительской позиции.

**Задачи:**

познакомить родителей со способами взаимодействия с окружающими;

содействовать формированию у родителей ответственного отношения к воспитанию детей;

выработать правила эффективного общения.

**Вступительная часть.**

1. *Упражнение «Знакомство».*

Описание упражнения: родителям необходимо назвать свое имя и рассказать немного о себе как о родителе, однако все факты о себе должны начинаться с первой буквы, которые имеются в имени.

Например:

О – оберегающая

Л – любящая

Ь – мягкая

Г – гладящая

А – активная

Обсуждение упражнения. Насколько легко было придумать характеристику себе? Соответствует ли она действительности? Можете ли вы что-либо добавить?

*Актуализация темы.*

Общение – это главное условие для развития и жизни человека. Каким вы видите общение с вашими детьми? Какие встречаются у вас трудности?

Не всегда мы знаем выход из сложившихся ситуаций. Мы живём в очень сложное время. Детям хочется тепла, ласки, понимания, а мы часто пытаясь заработать на хлеб насущный, приходим домой уставшими, на общение часто уже не способными, а иногда и не знаем, что спросить еще кроме знаменитого вопроса: «Какую отметку ты сегодня получил?». Растёт стена непонимания и недоверия, возникают конфликты не только в семье, но и в школе и в общении со сверстниками.

Сегодня мы с вами и обсудим такую важную тему – «Эффективное общение в семье – залог успеха школьников».

Для того что бы понимать с чего начать корректировать «свое» общение необходимо понимать как я общаюсь, чем руководствуюсь в общении. Я предлагаю вам поучаствовать в следующем упражнении.

1. *Упражнение «Самолетик».*

Описание упражнения: участникам необходимо объединиться в пары. Каждой паре ведущий дает один лист формата А 4, участники получают задание смастерить из бумаги самолетик или любое другое средство передвижения. При этом участникам запрещено общаться с помощью речи, а также пользоваться правой рукой. На выполнения задания дается 2 минуты.

Обсуждение упражнения:

- Кто первый приступил к выполнению задания?

- Какие чувства вы испытывали при изготовлении летательного аппарата?

- Достигли ли вы цели?

- Что бы вы изменили?

- Похоже ли ваше взаимодействие с партнером в упражнении, на ваше взаимодействие с ребенком в реальной жизни?

- Если «да», то в чем сходство, если «нет», то в чем отличие?

Возможно, эти знания многим из вас помогут взглянуть на ваш стиль взаимодействия немного иначе.

**Основная часть.**

Родители должны показать детям пример спокойного и уважительного общения. Чтобы сделать общение более эффективным, вы должны предложить детям новый способ общения. Но помните, что ребенок берет пример с родителей, поэтому вы тоже должны работать над собой. Относитесь ко всем членам семьи как к друзьям или коллегам – спокойно и уважительно. Помните, что отношения между родителями оказывают огромное влияние на формирование личности ребенка. К сожалению, очень немногим посчастливилось вырасти в семье, где родители и дети уважали и любили друг друга. Родные люди нередко причиняют друг другу боль. Некоторые могут позволить себе в словах и поступках со своим мужем (женой) или ребенком такое, чего никогда не позволили бы в отношениях с малознакомым человеком. Как же изменить отношения в семье? Начните с простого – задумайтесь, как вы разговариваете с другими членами семьи. Существует три способа взаимодействия с окружающими, которые соответствуют принципам воспитания:

агрессивный (автократичный);

пассивный (всепозволяющий);

эффективный (демократичный).

Многие считают, что добиться своего можно только посредством агрессии. Они кричат, требуют, запугивают, приказывают и оскорбляют. Есть люди, которые постоянно ведут себя подобным образом, и те, кто прибегает к таким методам только в крайних случаях. Каждый хотя бы раз срывался в ответ на капризы или нытье детей. Если проанализировать подобные случаи, вы заметите, что ничего хорошего этим не добились: ребенок либо отвечал тем же, либо замыкался и мстил при первой же возможности.

Второй неэффективный принцип взаимодействия с окружающими – вседозволенность. Те, кто его придерживается, не могут настоять на своем, взять инициативу в свои руки и всегда находят этому оправдание. Иными словами, такие люди позволяют вить из себя веревки. Их не уважают ни муж (жена), ни дети. Пассивные родители часто прибегают к агрессии, когда ребенок выводит их из себя. Эффективный (демократичный) стиль общения основан на самоуважении. Вы сами устанавливаете границы дозволенного и определяете, как окружающие должны к вам относиться. При этом вы также с уважением относитесь к окружающим. Эффективному общению нужно учиться.

1. А теперь предлагаю вам выполнить *тест «Стратегии семейного воспитания»*. Очень часто педагоги на родительском собрании просят провести экспресс-диагностику стиля родительского воспитания. Многие тесты требуют длительной обработки. Тест «Стратегии семейного воспитания» С.С. Степанова удобен в проведении и обработке. Ответив на вопросы теста, вы сами сможете определить свой стиль воспитания, подсчитав какие типы ответов у вас преобладают *(Приложение А)*.

Обсуждение результатов теста.

1. *Упражнение «1 / 2 / 4 / вместе».*

Описание упражнения: родителям предлагаются стикеры, на которых они самостоятельно пишут список «Способы эффективного общения». Время выполнения 3 минуты. Затем родители объединяются в пары и составляют совместный список (3 минуты). Следующий этап объединиться в четверки и составить снова общий список (3 минуты). Заключительным этапом является составление общегруппового списка. Общий список пишется психологом на флипчарте, каждый пункт обсуждается группой и при необходимости комментируется психологом.

1. *Упражнение «Рисуем формулы эффективного общения».*

Описание: участников группы необходимо разделить на 2 группы, каждой группе психолог дает распечатанный текст с описанием формул. Каждая группа должна на ватмане карандашами или фломастерами изобразить эту формулу с помощью рисунков (комикса).

Первая формула: сообщить, что сделаете (или чего не будете делать) в случае непослушания. При этом нужно быть кратким, уверенным, говорить уважительным тоном и сохранять спокойствие. Эта формула широко используется для предупреждения последствий плохого поведения.

Вторая формула эффективного общения пригодится тогда, когда вам нужно серьезно поговорить с ребенком (или с любым другим человеком). Прямо и в уважительном тоне выражаете собеседнику СВОИ чувства, мысли и жизненные установки, при этом не осуждая и не вгоняя в чувство вины собеседника. Формулы эффективного общения помогут вам значительно улучшить отношения между членами семьи. Но подготовьтесь к тому, что изменить поведение будет не так-то легко.

*Презентация комиксов.*

**Заключительная часть.**

Видеть своих детей состоявшимися и счастливыми хотят все родители. Универсальной формулы воспитания успешных людей не существует. Но соблюдение некоторых правил поможет приблизиться к поставленной цели.

Многие родители, желая вырастить своих детей успешными, требуют от них очень многого, постоянно одергивают, следят за оценками в дневнике. Но успех невозможно спрогнозировать. Чтобы у ребенка в будущем все сложилось хорошо, нужно создать здоровую атмосферу в семье, мотивировать его на новые достижения своим примером, научиться эффективно общаться, слушать и слышать друг друга. Также придется научить его некоторым полезным вещам. Я предлагаю вам ознакомиться с рекомендациями «7 правил воспитания, благодаря которым дети становятся успешными».[5] *(Приложение Б)*.

1. *Рефлексивное упражнение «Корзина, чемодан, рюкзак».*

Описание упражнения. Психолог предлагает родителям вспомнить всё то, о чём говорили на этой встрече (можно записать на листе бумаги). Затем каждый участник высказывается о том, насколько полезным и актуальным для него было всё, о чём они узнали. Свои высказывания начинают с фразы:

«Я положу…

… в КОРЗИНУ – (называют всё, что было не нужным и не пригодится в жизненном опыте – выбрасываем);

… в ЧЕМОДАН – (называют то, в чём разобрались не до конца, но возможно это станет понятным и очень нужным в будущей жизни – убираем в камеру хранения);

… в РЮКЗАК – (называют всё, что было новым, доступным и очень важным для них уже сейчас – берём с собой для использования в жизненном опыте).

Все участники по очереди рассказывают о том, как смогли разложить в своём багаже полученные на встрече знания и опыт.

1. *Рефлексивное упражнение «Незаконченное предложение».*

Описание упражнения: Педагог предлагает всем по кругу завершить мысль в незаконченных предложениях.

*Варианты неоконченных предложений:*

Мне нравится быть родителем потому, что…

Я никогда не думал, что…

Я горжусь, что я мама (папа) потому, что…

Мне больше всего запомнилось…

Я стал по-другому воспринимать …

Когда я пришел на эту встречу…

Я поняла, что труднее всего …

У меня поменялось отношение …

У меня осталось ощущение …

Для меня самым неожиданным было …

Я очень сожалею …

Я была удивлена тому, что…

Самым полезным для меня было…

Сегодняшняя тема…

Сейчас я впервые подумала…

На этой встрече мне было трудно…

Мне не хватило времени на разговор о…

Тема заставила меня…

Свои ощущение я бы выразила тремя словами…

В течение всего времени…

Для меня стало открытием…

Когда я пришла на эту встречу…

Я никогда не думала, что…

Для меня самым неожиданным было…

Для того чтобы ребенок желал общаться с родителями, необходимо

помнить, что основой общения родителей с детьми являются шесть принципов,

которые можно записать в виде рецепта.

Этот рецепт может стать основным законом воспитания детей в семье. Его

содержание примерно такое: взять принятие, добавить к нему признание, смешать

с определенным количеством родительской любви и доступности, добавить

собственной ответственности, приправленной любящим отцовским и

материнским авторитетом.

Уважаемые родители, если Вы захотите больше узнать, о правилах общения со

своим ребенком, то Вы можете поближе познакомиться с книгой «Общаться с

ребенком. Как?» Ю.Б. Гиппенрейтер.

Для того чтобы ребенок желал общаться с родителями, необходимо

помнить, что основой общения родителей с детьми являются шесть принципов,

которые можно записать в виде рецепта.

Для того чтобы ребенок желал общаться с родителями, необходимо

помнить, что основой общения родителей с детьми являются шесть принципов,

которые можно записать в виде рецепта.

Я всех благодарю за сегодняшнюю встречу. В завершение хотелось бы резюмировать: для того чтобы ребенок желал общаться с родителями, необходимо помнить, что основой общения родителей с детьми являются шесть принципов, которые можно записать в виде рецепта.

Для того чтобы ребенок желал общаться с родителями, необходимо

помнить, что основой общения родителей с детьми являются шесть принципов,

которые можно записать в виде рецепта.

от рецепт может стать основным законом воспитания детей в семье. Его

содержание примерно такое: взять принятие, добавить к нему признание, смешать

с определенным количеством родительской любви и доступности, добавить

собственной ответственности, приправленной любящим отцовским и

материнским авторитетом.

Этот рецепт может стать основным законом воспитания детей в семье. Его содержание примерно такое: взять принятие, добавить к нему признание, смешать с определенным количеством родительской любви и доступности, добавить собственной ответственности, приправленной любящим отцовским и материнским авторитетом.

Уважаемые родители, если Вы захотите больше узнать, о правилах общения со

своим ребенком, то Вы можете поближе познакомиться с книгой «Общаться с

ребенком. Как?» Ю.Б. Гиппенрейтер.

Уважаемые родители, если Вы захотите больше узнать, о правилах общения со своим ребенком, то Вы можете поближе познакомиться с книгой «Общаться с ребенком. Как?» Ю.Б. Гиппенрейтер.

**Список использованных источников:**

1. Будь сама собой: интерактивная работа по профилактике рискованного поведения/сост.: Е.Г. Дмитриева. – Брест: Альтернатива, 2020. – 172 с.
2. Использование арт-терапии в коррекционно-развивающей работе: учебно-методическое пособие/ И.Ю. Бородич.-Барановичи. – РИО БарГУ, 2007. – 250 с.
3. Обучение на равных: профилактика рискованного поведения среди подростков и молодежи/сост. : Е. Дмитриева. – Брест. – Альтернатива, 2014. – 152 с.
4. Психологическая диагностика семейных отношений/В.И. Слепкова, Т.А. Заеко.– Мозырь: Содействие, 2006. – 196 с.

Приложение А.

**Методика «Стратегии семейного воспитания» С.С. Степанова в модификации И.И. Махониной.**

Инструкция: С помощью этого теста попробуйте оценить свою собственную стратегию семейного воспитания. Из четырех вариантов ответа выберите самый для Вас предпочтительный.

1. Чем, по вашему мнению, в большей мере определяется характер человека – наследственностью или воспитанием?

А. Сочетанием врожденных задатков и условий среды.

Б. Преимущественно воспитанием.

В. Главным образом врожденными задатками.

Г. Ни тем, ни другим, а жизненным опытом.

2. Как вы относитесь к мысли о том, что дети воспитывают своих родителей?

А. Это игра слов, софизм, имеющий мало отношения к действительности.

Б. Готов с этим согласиться при условии, что нельзя забывать и о традиционной роли родителей как воспитателей своих детей.

В. Абсолютно с этим согласен (дети воспитывают своих родителей).

Г. Затрудняюсь ответить, не задумывался об этом.

3. Какое из суждений о воспитании вы находите наиболее удачным?

А. Научи сына послушанию, тогда сможешь научить и всему остальному (Томас Фуллер).

Б. Детям нужны не поучения, а примеры (Жозеф Жубер).

В. Цель воспитания – научить детей обходиться без нас (Эрнст Легуве).

Г. Если вам больше нечего сказать ребенку, скажите ему, чтобы он пошел умыться (Эдгар Хоу).

4. Считаете ли вы, что родители должны просвещать детей в вопросах пола?

А. Конечно, в первую очередь это должны сделать родители.

Б. Когда дети достаточно повзрослеют, необходимо будет завести разговор и об этом. А в школьном возрасте главное – позаботиться о том, чтобы оградить их от проявлений безнравственности.

В. Считаю, что родителям следует в доступной форме удовлетворять возникающий у детей интерес к этим вопросам.

Г. Меня никто этому не учил, и их сама жизнь научит.

5. Следует ли родителям давать ребенку деньги на карманные расходы?

А. Лучше всего регулярно выдавать определенную сумму на конкретные цели и контролировать расходы.

Б. Целесообразно выдавать некоторую сумму на определенный срок (на неделю, на месяц), чтобы ребенок сам учился планировать свои расходы.

В. Если попросит, можно и дать.

Г. Когда есть возможность, можно иной раз дать ему какую-то сумму.

6. Как вы поступите, если узнаете, что вашего ребенка обидел одноклассник?

А. Отправлюсь выяснить отношения с родителями обидчика.

Б. Посоветую ребенку, как ему лучше себя вести в таких ситуациях.

В. Огорчусь, постараюсь утешить ребенка.

Г. Дети сами лучше разберутся в своих отношениях, тем более что их обиды недолги.

7. Как вы отнесетесь к сквернословию ребенка?

А. Сквернословие надо пресекать в зародыше! Наказание тут необходимо, а от общения с невоспитанными сверстниками ребенка впредь надо оградить.

Б. Постараюсь довести до его понимания, что в нашей семье, да и вообще среди порядочных людей, это не принято.

В. Ребенок вправе выражать свои чувства, даже тем способом, который нам не по душе.

Г. Подумаешь! Все мы знаем эти слова. Не надо придавать этому значения, пока это не выходит за разумные пределы.

8. Дочь(сын)-подросток хочет провести выходные на даче у подруги, где соберется компания сверстников в отсутствие родителей. Отпустили бы вы ее (его)?

А. Ни в коем случае. Такие сборища до добра не доводят. Если дети хотят отдохнуть и повеселиться, пускай делают это под надзором старших.

Б. Возможно, если знаю ее товарищей как порядочных и надежных ребят.

В. Она вполне разумный человек, чтобы самой принять решение. Хотя, конечно, в ее отсутствие буду немного беспокоиться.

Г. Не вижу причины запрещать.

9. Как вы отреагируете, если узнаете, что ребенок вам солгал?

А. Постараюсь вывести его на чистую воду и пристыдить.

Б. Попробую разобраться, что его побудило солгать.

В. Расстроюсь

Г. Если повод не слишком серьезный, не стану придавать значения.

10. Считаете ли вы, что подаете ребенку достойный пример?

А. Безусловно.

Б. Стараюсь.

В. Надеюсь.

Г. Не знаю.

*Обработка и интерпретация результатов.*

Посчитайте выбранные Вами варианты ответов. Чем больше преобладание одного из типов ответов, тем более выражен в вашей семье определенный стиль воспитания.

Если больше ответов А, то у Вас преобладает авторитарный стиль родительского поведения.

Авторитарный стиль (в терминологии других авторов – «автократический», «диктат», «доминирование»).

Вы хорошо представляете, каким должен вырасти ваш ребенок, и прилагаете к этому максимум усилий. В своих требованиях вы, вероятно, очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что ребенку порой неуютно под вашим контролем. Родители с таким стилем воспитания ограничивают самостоятельность ребенка, не считают нужным как-то обосновывать свои требования, сопровождая их жестким контролем, суровыми запретами, выговорами и физическими наказаниями. В подростковом возрасте авторитарность родителей порождает конфликты и враждебность. Наиболее активные, сильные подростки сопротивляются и бунтуют, становятся избыточно агрессивными и нередко покидают родительский дом, как только могут себе это позволить. Робкие, неуверенные подростки приучаются во всем слушаться родителей, не совершая попыток решать что-либо самостоятельно. Если по отношению к старшим подросткам матери склонны реализовывать более «разрешающее» поведение, то авторитарные отцы твердо придерживаются избранного типа родительской власти. При таком воспитании у детей формируется лишь механизм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха перед наказанием, и как только угроза наказания извне исчезает, поведение подростка может стать потенциально антиобщественным. Авторитарные отношения исключают душевную близость с детьми, поэтому между ними и родителями редко возникает чувство привязанности, что ведет к подозрительности, постоянной настороженности и даже враждебности к окружающим.

Авторитетный стиль (в терминологии других авторов – «демократический», «сотрудничество») – преобладают ответы типа Б. Вы осознаете свою важную роль в становлении личности ребенка, но и за ним самим признаете право на саморазвитие. Трезво понимаете, какие требования необходимо диктовать, какие обсуждать. В разумных пределах готовы пересматривать свои позиции. Родители поощряют личную ответственность и самостоятельность своих детей в соответствии с их возрастными возможностями. Подростки включены в обсуждение семейных проблем, участвуют в принятии решений, выслушивают и обсуждают мнение и советы родителей. Родители требуют от детей осмысленного поведения и стараются помочь им, чутко относясь к их запросам. При этом родители проявляют твердость, заботятся о справедливости и последовательном соблюдении дисциплины, что формирует правильное, ответственное социальное поведение.

Либеральный стиль (в терминологии других авторов – «попустительский», «снисходительный», «гипоопека») – преобладают ответы типа В.

Вы высоко цените своего ребенка, считаете простительными его слабости. Легко общаетесь с ним, доверяете ему, не склонны к запретам и ограничениям. Однако стоит задуматься: по плечу ли ребенку такая свобода? Становясь более взрослыми, такие подростки конфликтуют с теми, кто не потакает им, не способны учитывать интересы других людей, устанавливать прочные эмоциональные связи, не готовы к ограничениям и ответственности. С другой стороны, воспринимая недостаток руководства со стороны родителей как проявление равнодушия и эмоционального отторжения, дети чувствуют страх и неуверенность. Неспособность семьи контролировать поведение подростка может привести к вовлечению его в асоциальные группы, поскольку психологические механизмы, необходимые для самостоятельного, ответственного поведения в обществе, у него не сформировались.

Индифферентный стиль – преобладают ответы типа Г.

Проблемы воспитания не являются для вас первостепенными, поскольку у вас иных забот немало. Свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большее участие и поддержку с вашей стороны!

Если среди ваших ответов не преобладает какая-то одна категория, то речь, вероятно, идет о противоречивом стиле воспитания, когда отсутствуют четкие принципы, и поведение родителей диктуется сиюминутным настроением. Постарайтесь понять, каким же вы все-таки хотите видеть своего ребенка, а также самого себя как родителя.

Приложение Б.

**7 правил воспитания, благодаря которым дети становятся успешными.**

*Внимание детям.*

Всестороннее развитие ребенка невозможно без повседневного родительского участия. Современные взрослые много времени уделяют работе, личным делам, порой забывая о самом главном. Чтобы вырастить успешных детей, нужно стараться проводить с ними время максимально эффективно. Эрудированность, любовь к чтению можно воспитывать только на личном примере. Стоит регулярно выделять время на совместное прочтение художественной литературы. После можно устроить небольшое обсуждение. Даже очень занятые родители способны выделить несколько часов в неделю для общения с семьей. Это может быть прогулка в парке, поход в лес, в кинотеатр. Детям очень важно полноценно общаться со взрослыми. Не стоит экономить на совместном времяпрепровождении. Лучше отказаться от покупки дорогой игрушки.

*Спокойное восприятие детских неудач.*

Одной из современных тенденций воспитания детей является изоляция их от возможных неприятностей и трудностей. Такие взрослые берут на себя все заботы в погоде за идеальным миром для своего ребенка. Они очень сильно переживают, когда что-то идет не по плану. При таком подходе не получится вырастить успешную личность. Ребенок должен уметь брать на себя ответственность, принимать решения. Важно объяснить ему, что неудачи случаются. И не стоит воспринимать их слишком серьезно. Все трудности временные, и они только дают возможность улучшить себя, посмотреть на что-то с другой стороны. Если от ребенка слишком много требуют, переживают каждую неудачу как трагедию, в будущем у него могут возникнуть проблемы. Такие люди не любят пробовать себя в новых делах, так как бояться ошибиться. Это может стать серьезным препятствием на пути к успеху.

*Приобщение к работе по дому.*

Чем раньше ребенка приобщают к работе по дому, тем легче у него будет происходить адаптация к различным изменениям в жизни. Речь идет не о тяжелом изматывающем труде, Достаточно пробудить осознание ответственности за создание уюта и комфортной обстановки дома. Можно начать с малого: с уборки игрушек, расстановки книг по полкам. В семье должны быть четко распределены обязанности. Это учит ценить чужой труд. У детей появляется осознание того, что к успеху можно прийти только совместными усилиями.

*Правильная мотивация.*

Детям необходимо объяснять, для чего им нужно хорошо учиться или заниматься чем-либо дополнительно. Мотивировать на успех необходимо и своим примером. Если ребенок видит перед собой счастливых и успешных родителей, ему захочется брать с них пример. Можно рассуждать о достижении высот в карьере, лежа на диване и ничего не делая. Но такие слова не будут убедительными.

Психологи рекомендуют выбирать тактику просьб, но не уговоров. Постепенно какие-то обязанности войдут в привычку. Не нужно забывать хвалить ребенка за выполненную работу. Он должен видеть, что определенные действия вызывают у взрослых положительный отклик. Большой ошибкой является введение материальных поощрений. Это формирует меркантильный интерес. Во взрослой жизни таким детям будет сложно проявлять инициативу.

*Соблюдение границ и поощрение самостоятельности.*

Часто взрослые настолько сильно увлекаются ролью родителей, что перестают жить своей жизнью, а живут только интересами ребенка. Личные границы стираются. Этого допускать нельзя. Для воспитания успешного человека невозможно держать под контролем все сферы его жизни. Здоровая вседозволенность позволяет быстрее познавать мир. Нужно поощрять любознательность ребенка, направлять его и подсказывать, но не держать в «ежовых рукавицах». Право выбора необходимо давать детям с малых лет. Нужно поощрять их увлечения, не запрещать пробовать себя в разных сферах деятельности. Только так маленький человек сможет найти себя.

*Безусловная любовь.*

Дети, окруженные любящими родителями, добиваются успеха гораздо чаще. Нужно любить ребенка таким, какой он есть, со всеми достоинствами и недостатками. Это формирует у него ощущение собственной значимости. Вырастая, такие дети более стойко воспринимают неудачи. Они уверены в себе и не боятся идти вперед, пробовать что-то новое. Для воспитания успешного человека не менее важна атмосфера в семье. Если отношения у родителей не складываются, ребенок это чувствует. Он находится в постоянном стрессе. Такую ситуацию допускать нельзя.

*Поддержка и опора.*

Дети, которые всегда чувствовали поддержку родителей, вырастают более успешными, социально адаптированными. Речь идет не о том, чтобы решать все за сына или дочь, а о готовности протянуть руку помощи в тот момент, когда это необходимо. Если ребенок расстроен, переживает, нельзя обесценивать эти эмоции. Гнев, слезы, раздражительность являются ответной реакцией на разные ситуации. Подавлять чувства не нужно. Стоит научить маленького человека стабилизировать их. В спокойном состоянии можно найти выход из любой ситуации. Понимание и осознание своих эмоций помогают бороться со страхами. Дети с развитым эмоциональным интеллектом лучше понимают окружающих, меньше конфликтуют. Они более устойчивы к стрессу, что во многих сферах жизни является залогом успеха.