Памятка педагогу по общению с детьми в ситуации стресса

Не используйте в общении с детьми:

* **Угрозы** («Если ты не прекратишь ...»). Это может вызвать сопротивление, привести к вспышкам раздражения с их стороны. Выйдя из-под вашего контроля, ситуация может вылиться в конфликт. Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные эмоции, сообщите ему об этом. Не стоит подавлять гнев, демонстрировать спокойствие при сильном волнении. Через некоторое время чувство, как правило, прорывается и облекается в резкие слова или действия. Скажите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о нем, о его поведении.
* **Критику** («Сколько раз уже говорили...», «Слушать надо было...»). Такие высказывания негативно влияют на состояние того, к кому обращаются. Под влиянием высказываний такого рода ребенок будет окончательно выбит из равновесия, может перестать думать и выполнять задания. Будьте готовы к тому, что всегда могут возникнуть вопросы, на которые придется дать ответ несколько раз: многие дети просто не слышат ответов, которые вы даете другим, или в силу разных причин пропустили то, что вы говорили для всех.
* **Мораль, нравоучения, проповеди** («Ты обязан вести себя как подобает»). Обычно из таких фраз дети не узнают ничего нового. Ничего не изменится оттого, что они услышат это в сто первый раз. Если вы хотите напомнить правило поведения, то предложение, в котором вы говорите о правиле, лучше строить в безличной форме. Например, стоит сказать: «Здесь (с конкретным указанием места: к коридоре, за кулисами) шуметь нельзя!»,
* **Высмеивание** («Не будь лапшой...», «Что за тупица...»). Это лучший способ помочь ребенку разувериться в своих силах. Такими высказываниями вы продемонстрируете лишь уход от разговора. Старайтесь контролировать свои высказывания и не использовать подобные фразы в разговоре.
* **Уговоры** («Успокойся, это неважно»). Подобные высказывания нисколько не поддерживают ребенка. Они говорят лишь о том, что вы хотите, чтобы ребенок перестал испытывать те чувства, которые он испытывает в данный момент. Лучше озвучить чувства ребенка: «Я понимаю тебя, ты тревожишься (переживаешь, расстроен...)» и предложить ему вспомнить любой приемлемый для него способ снятия эмоционального напряжения.

Не забывайте, что главное препятствие на пути эффективного общения — это автоматические ответы. Поэтому старайтесь уточнить трудности, возникшие у ребенка, при помощи наводящих вопросов.