

**СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО
ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С ДЕТЬМИ:
ИСКУССТВО БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ**

**ПСИХОЛОГ: ШУПОВА Б.М.
КОНТАКТНЫЕ ДАННЫЕ: 8-747-156-22-98**



ВВЕДЕНИЕ В БЕСКОНФЛИКТНОЕ ОБЩЕНИЕ

**В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО ОВЛАДЕТЬ
ИСКУССТВОМ БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ. ЭТО
ПОМОГАЕТ НЕ ТОЛЬКО НАЛАДИТЬ КОНТАКТ С ДЕТЬМИ,
НО И СОЗДАТЬ АТМОСФЕРУ ДОВЕРИЯ И УВАЖЕНИЯ.**

СЛУШАНИЕ КАК ОСНОВА ОБЩЕНИЯ

Одним из ключевых элементов бесконфликтного общения является **активное слушание**. Это значит, что родители должны не просто слышать, но и **понимать** чувства и мысли ребенка. Используйте **открытые вопросы**, чтобы поощрять детей делиться своими переживаниями.



ЭМПАТИЯ В ОБЩЕНИИ

Эмпатия — это умение **сопереживать** и понимать чувства других. Родители должны стараться **вставать на место** своих детей, чтобы лучше понять их эмоции. Это поможет избежать недопонимания и создать более **доброжелательную атмосферу**.





ИЗБЕГАНИЕ КРИТИКИ

Критика может вызвать **защитную реакцию** у детей. Вместо этого, старайтесь использовать **позитивные формулировки** и конструктивные советы. Это поможет ребенку чувствовать себя более **уверенно** и открыто делиться своими мыслями и чувствами.



СОЗДАНИЕ БЕЗОПАСНОГО ПРОСТРАНСТВА

Важно создать безопасное пространство для общения, где ребенок будет чувствовать себя. Это может включать в себя **открытость, доброту** и отсутствие осуждения. В таком окружении дети будут более склонны делиться своими переживаниями комфортно.

Я - СООБЩЕНИЯ

Это техника общения, при которой человек выражает свои чувства и мысли, не обвиняя собеседника. В отличие от "ты-сообщений", которые часто воспринимаются как обвинение или нападение, "я-сообщения" позволяют избежать конфликта и лучше доносят информацию о переживаниях говорящего.

Пример "я-высказывания":

Ты-сообщение: "Ты никогда не убираешь за собой!" (может вызвать оборонительную реакцию у ребенка).

Я-сообщение: "Мне трудно сосредоточиться, когда в комнате беспорядок." (сообщает о ваших чувствах без обвинений, вызывая меньше сопротивления).

УСТАНОВИТЕ ГРАНИЦЫ

Установление границ — это процесс создания четких рамок, которые помогают ребенку понять, что допустимо, а что недопустимо в его поведении. Границы необходимы для формирования здорового чувства ответственности, безопасности и дисциплины у ребенка. Они также создают структуру, которая помогает детям лучше ориентироваться в мире, понимать ожидания и возможные последствия своих действий.

УВАЖАЕМЫЙ РОДИТЕЛЬ! ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ У ВАШЕГО РЕБЕНКА СИСТЕМНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ, ТО ОБРАЩАЙТЕСЬ К ШКОЛЬНОМУ ПСИХОЛОГУ: ШУПОВА Б.М., 8-747-156-22-98 ИЛИ В ГОРОДСКОЙ «ЦЕНТР ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ».



**Астана қаласы
әкімдігінің "Психологиялық
қолдау орталығы" КММ**

- Мемлекеттік білім беру ұйымдарының балаларына және ата-аналарына психологиялық көмек көрсетеді
- Консультациялық кеңес онлайн форматта, тегін түрде, алдын ала жазылым бойынша өткізіледі
- Консультацияларды орталықтың білікті психолог мамандары жүргізеді

Консультациялар өткізу кестесі
дүйсенбі, сейсенбі, сәрсенбі
09:00-ден 17:30-ға дейін

Біздің кабинеттер Астана қаласының 5 аудандары бойынша жұмыс жасайды.
"Есіл", "Нұра" ауданы бойынша,
Достық көшесі 13, "Нұрсая-2" ТК, 2 қабат,
кабинеттер: 213, 214

"Сарыарқа" ауданы бойынша 2 кабинет жұмыс жасайды.
-№11 МЛ базасында, Абай көшесі 8,
-№ 105 ОМ базасында, Шаңтөбе көшесі 12,

"Алматы" ауданы бойынша 2 кабинет жұмыс жасайды.
-№22 МГ базасында, Жирентаев көшесі 16,
-№92 МГ базасында, Дауылпаз көшесі 1/1

"Байқоңыр" ауданы бойынша
-№ 10 МГ базасында, Ғабдуллин көшесі 7

Консультацияға 8(7172)572607,
8(7172)572606, WhatsApp – 87089567429
телефон нөмірі бойынша
немесе QR арқылы жазыла аласыз



**КГУ "Центр психологической
поддержки"
акимата города Астаны**

- Оказывает психологическую помощь детям и родителям государственных организаций образования
- Консультации проводятся в онлайн формате, бесплатно, по предварительной записи
- Консультации проводят квалифицированные психологи центра

График проведения консультаций:
понедельник, вторник, среда
с 09:00 до 17:30

Наши кабинеты функционируют по 5 районам города Астаны
Для районов "Есиль" и "Нура":
на базе центрального офиса, ул. Достык
13, ЖК "Нұрсая-2", 2 этаж, кабинеты: 213, 214

Для района "Сарыарқа" функционируют 2 кабинета на базе:
- ШЛ №11, ул. Абая 6
- СШ №105, ул. Шантобе 12

Для района "Алматы" функционируют 2 кабинета на базе:
- ШГ №22 ул. Жирентаева 16
- ШГ №92 ул. Дауылпаз 1/1

Для района "Байқоңыр" на базе:
- ШГ № 10 ул. Габулина 7

Записаться на консультацию
можно по QR
или по следующим телефонам:
8(7172)572607, 8(7172)572606,
WhatsApp – 87089567429.

