



Памятка для родителей

Примеры открытых вопросов для общения с ребенком

Открытые вопросы помогают начать диалог, понять мысли и чувства ребенка, избегая одно-сложных ответов.

Важно: Задавайте их спокойно, без давления, и дайте ребенку время на размышление.

Вопросы об учебе:

- «Что сегодня было самым интересным в школе?»
- «Какие предметы сейчас кажутся тебе сложными? Могу я чем-то помочь?»
- «Если бы ты мог изменить что-то в школе, что бы это было?»

Вопросы о друзьях и отношениях:

- «С кем ты сейчас чаще всего общаешься? Что вас объединяет?»
- «Бывают ли ситуации, когда тебе сложно договориться с друзьями? Как ты их решаешь?»
- «Как ты думаешь, что самое важное в дружбе?»

Вопросы об увлечениях:

- «Чем ты любишь заниматься в свободное время? Почему это тебе нравится?»
- «Если бы у тебя был весь день без обязательств, как бы ты его провел?»
- «Какие новые навыки ты хотел бы попробовать?»

Вопросы о эмоциях и переживаниях:

- «Как ты себя чувствуешь, когда сталкиваешься с трудностями?»
- «Что тебя чаще всего радует/огорчает в последнее время?»
- «Если бы у тебя была волшебная палочка, что бы ты изменил в своей жизни?»

Вопросы о будущем:

- «Каким ты видишь себя через 5 лет?»
- «Есть ли у тебя мечта, которую хотелось бы осуществить?»
- «Что ты считаешь своим главным достижением за этот год?»

Вопросы для решения конфликтов:

- «Как ты думаешь, что привело к этой ситуации?»
- «Что бы ты предложил, чтобы исправить положение?»
- «Чем я могу тебе помочь в этом?»

Рекомендации для родителей:

- **Не перебивайте.** Дайте ребенку высказаться до конца.
- **Избегайте оценок.** Вместо «Это глупо!» скажите: «Почему ты так решил?».
- **Используйте «я-сообщения»:**

Не «*Ты меня не слушаешь!*», а «*Я переживаю, когда не понимаю, что с тобой происходит.*».

Пример диалога:

Родитель: «Я заметил, что ты стал реже гулять с друзьями. Что изменилось?»

Ребенок: «Не знаю... Мне просто не хочется».

Родитель: «Бывает, что настроение меняется. Может, что-то произошло? Я готов выслушать».

Помните: даже если ребенок не готов говорить сразу, ваше внимание и поддержка создают основу для будущего доверия.

