

## *Простые рекомендации родителям по воспитанию детей*

### **Принципы отношений родителей с детьми:**

Я хочу, чтобы меня любили. Поэтому я буду открыт моим детям.

Я так мало знаю о сложных лабиринтах детства. Поэтому я буду с удовольствием учиться у детей.

Я лучше всего усваиваю знания, полученные в результате собственных усилий. Поэтому я объединю свои усилия с усилиями ребенка.

Я люблю, чтобы меня принимали таким, каков я есть. Поэтому я буду стремиться сопереживать ребенку и ценить его.

Я - единственный, кто может прожить мою жизнь. Поэтому я не буду стремиться к тому, чтобы управлять жизнью ребенка.

Я черпаю надежду и волю к жизни внутри себя. Поэтому я буду признавать и подтверждать чувство самостоятельности ребенка.

Я чувствую страх, когда я беззащитен. Поэтому я буду прикасаться к внутреннему миру ребенка с добротой, лаской, нежностью.

Я не могу полностью оградить ребенка от страха, боли, разочарования и стрессов. Поэтому я буду стараться смягчать удары.

### **О наказаниях.**

Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.

Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.

Телесные наказания требуют от родителей **меньше всего ума и способностей**, чем любые другие воспитательные меры.

Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.

Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.

Задача дисциплинированной техники – изменить желания ребенка, а не только его поведение.

Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преображает его.

Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.

У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства – любовь и ненависть, – как сразу возникнет конфликт.

Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным.

Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.

Нельзя наказывать ребенка до 2,5 – 3 лет.

### **Чем заменить наказания?**

*Терпением.* Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.

*Объяснением.* Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.

*Отвлечением.* Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется.

*Неторопливостью.* Не спешите наказывать сына или дочь – подождите, пока поступок повторится.

*Наградями.* В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

### **Правила общения.**

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не самим ребенком.

Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или непозволительными они не были.

Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перейдет в неприятие ребенка.

Покажите ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы, возможно, думаете, но не говорите.

Признайте ребенка здесь и сейчас, на основе настоящих событий.

Сохраняйте дружелюбный тон!

### **Как помочь детям с нарушениями в общении.**

*Агрессивный ребенок.* Попытайтесь понять, что стоит за агрессивным поведением. Существует разница между *агрессивностью* и *самоутверждением*. Очень важно донести эту разницу до ребенка. Научите его вежливо просить то, что он хочет, цените его мнение. Покажите ему, как получить желаемое, не расстраивая

других. Научите ребенка управлять своими чувствами и адекватно выражать свои переживания.

*Лживый ребенок.* Многие дети лгут, чтобы избавиться себя от суждения и критики. Помогите ребенку усвоить, что можно говорить правду, не опасаясь последствий. Он должен быть уверен, что родители рассеют его страхи, растолкуют ошибочность его представлений и помогут преодолеть все это.

*Вызывающее поведение ребенка.*

Обратите внимание на свое поведение. Сколько из того, что вы говорите, относится непосредственно к делам? Может быть, вы просто ворчите, придираетесь, выкрикиваете команды? Позвольте вашему ребенку действовать самостоятельно там, где это возможно. Ребенок должен понять, что когда друг к другу относятся с уважением сотрудничество лучше, чем противостояние.

*Драчливый ребенок.* Объясните ребенку, что для решения его проблем есть и другие пути. Покажите ему мирные способы разрешения конфликтов.

*Застенчивые дети.* Поговорите с вашим ребенком и постарайтесь проникнуть в его внутренний мир, чтобы выяснить, не является ли стеснительность проблемой для него. Спросите, как вы можете ему помочь чувствовать себя более удобно в обществе других людей. Не пытайтесь втянуть ребенка в ситуации, к которым он не готов. Помогите ему, делая маленькие шаги, преодолевать свою застенчивость. Не позволяйте ребенку из-за стеснительности отказываться от выполнения необходимых дел.

*Истерические проявления.* Один из лучших способов реакции на вспышки раздражения просто не обращать на них внимания, стойте спокойно и ждите, пока не пройдет. В спокойном состоянии научите ребенка другим образом справляться со своими чувствами – выражать чувства словами. Ребенок должен уяснить, что вспышками раздражения он не добьется желаемого, что существуют другие пути.

*Надоедливые дети.* Дети, которые требуют постоянного внимания, часто неуверены в себе. Договоритесь об особом времени, когда вы можете побыть вдвоем, дайте ему понять, что вы его любите и верите в то, что он может

выполнять работу самостоятельно.

Объясните ребенку, что ваше время принадлежит не только ему. Научите его уважать чужие чувства и желания.

*Непослушные дети.* Научите ребенка самодисциплине, ответственности, сотрудничеству, умению решать проблемы, уважению к себе и другим.

## **Как поддержать самооценку ребенка.**

Безусловно принимайте ребенка.

Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.

Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.).

Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам.

Помогайте, когда он просит.

Поддерживайте каждый успех.

Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.

Конструктивно решайте конфликты.

Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.

Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.

## **Социальный успех ребенка определяется рядом условий:**

*Личная привлекательность.* Важно объяснить как можно раньше ребенку, что человеческая привлекательность – это гораздо больше, чем природная красота. Даже самые некрасивые люди могут стать более привлекательными с помощью простых средств: аккуратность и чистоплотность, хорошие манеры, овладение каким-либо умением.

*Навыки общения.* Как можно чаще разговаривайте с детьми. Если дети в таких беседах научатся выражать свои мысли и чувства, обсуждать разнообразные вопросы, для них не составят труда непринужденные разговоры с другими людьми. Одно из важнейших условий для развития у ребенка навыков межличностного общения – обширная и многообразная практика.

Помогите ребенку стать хорошим другом. Ваш ребенок должен быть чутким, порядочным и отзывчивым, уметь дарить любовь и теплоту, быть надежным другом, уметь откликаться на чужую беду.

В детстве важнейшим состоянием ребенка является ощущение своей защищенности. Для этого родители должны помочь ему выработать положительную самооценку.

Верьте в своих детей. Цените их, постарайтесь оказывать гостеприимство людям, которых ваши дети выбрали в друзья, даже если вы не одобряете их выбор.

***Желаем вам успехов в воспитании детей!***