

**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**  
**по разрешению актуальных проблем,**  
**связанных с нарушением детско-родительских отношений**

**Заповеди родителям (Януш Корчак)**

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот — третьему, и это необратимый закон благодарности.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.
4. Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и, будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.
5. Не унижай!
6. Не забывай, что самые важные встречи человека — это его встречи с детьми. Обращай больше внимания на них — мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребенке.
7. Не мучай себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучай, если можешь — но не делаешь. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
8. Ребенок — это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нем творческого огня. Это раскрепощенная любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой» ребенок, но душа, данная на хранение.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.

## Памятка родителям (О.С. Газман)

С целью воспитания у детей доброты во всех ее проявлениях – добросердечной услужливости, любви к людям, милосердия, доброжелательности, сострадания - рекомендуем:

1. Общение родителей с детьми не менее 3–4 часов в сутки, в том числе:
  - а) совместный общественно полезный труд взрослых и детей (до 1 часа);
  - б) совместное общение с природой детей и взрослых (до 1 часа);
  - в) чтение ребенком книг (до 1 часа, в том числе вслух – до 40 минут);
  - г) чтение и пересказ сказок детям 9–12 лет родителями, другими взрослыми (до 30 минут);
  - д) организация взрослыми для детей игр и занятий спортом (от 1–2 часов в день).
2. Уважаемые родители, не кричите на детей, и вы убедитесь, что ребенок научился вас слышать.
3. Не злоупотребляйте алкоголем, курением, не приносите домой чужое. Помните, дети копируют вас, они отражение вас и стиля жизни вашей семьи.
4. Прибегайте к эмоции страха только в крайнем случае, но доводите начатое дело до конца, помня, что воспитывают мелочи и секунды.
5. Помните, что, если вы человек добрый, вас будут окружать добрые люди, если вы человек злой – злые.
6. Воспитание – это передача детям вашего жизненного опыта. Чем выше ваша чувственная сфера, тем больше вы можете сопереживать чужую беду и радость. Будьте милосердны.
7. Если у вас возникли трудности в деле воспитания, обратитесь за помощью в школу.

## Как правильно оценивать поступки ребенка?

1. При оценках поступков, действий лучше высказывать своё личное мнение: «Мне нравится...», «Я считаю важным...», «Мне здорово помогло...» (вместо: «У тебя великолепно получается...», («У тебя получается отвратительно ...» и т. п.). Старайтесь быть честными в своих чувствах и эмоциях.

Не употребляйте выражений: «Ты всегда делаешь не то ...», «Ты вообще ничего не ...», «Вечно ты...». Ваш ребенок вообще и всегда хорош, он лишь сегодня что-то сделал не так, об этом и скажите ему: «Сегодня ты поступил отвратительно, я была очень расстроена, когда об этом узнала».

2. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела, которое вы хотите совершить. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.

3. Демонстрируйте уверенность в способностях своих детей. «Мне так приятно, что ты выбил ковры, они же такие тяжёлые. Теперь я знаю, что у меня есть настоящий помощник». Давая оценку, предоставьте детям возможность самим сделать вывод о своих способностях. Чем старше ребенок, тем лучше он должен понимать подтекст. Можно задать вопрос: «А ты сам что думаешь?» и дать ребёнку свободу в оценке своих способностей.

4. Замечайте успехи и старания ребёнка. «А ведь ещё месяц назад ты мог только сбегать один раз туда и обратно!» «Ты целый час над этим работал!» «Я смотрю, у тебя с братом в последнее время наладились отношения!» В нашем мире слишком много внимания уделяется окончательному результату в ущерб стараниям, приложенным к его достижению, поэтому дети могут легко потерять интерес без вашей поддержки их усилий. И, постарайтесь, не испортить всё, сказав в конце, что они «способны на гораздо большее».

5. Не упускайте возможность отметить вклад ребёнка в общее дело. Поскольку мы стремимся наладить в семье атмосферу сотрудничества, а не конкуренции, постарайтесь должным образом оценивать ситуации, в которых дети проявляют предусмотрительность, предупредительность, стараются помочь. Важно и выражение признательности: «Спасибо!» «Благодарю за помощь!»

«Молодец, что помог сестре!», и просьба помочь: «Ты не сможешь мне...», это значит для детей гораздо больше, чем фраза вроде «Ты такой предусмотрительный».

6. Старайтесь комментировать положительный результат действий ребёнка. Ребёнку будет очень приятно, если вы скажете: «Теперь мне будет гораздо легче работать» или «Теперь комната выглядит гораздо чище», потому что он знает, что это правда.

### **ВАЖНО!!!**

Старайтесь подчёркивать старания, отмечать достижения ребёнка (даже самые небольшие), значимость результатов его действий и его вклад в общее дело, а также реальные трудности, с которыми он столкнулся, выполняя его. Всё, что вы говорите, должно звучать искренне и правдиво. Дайте детям самим оценить то хорошее, что они сделали. Помните, что хорошего много просто мы не привыкли акцентировать на нём внимание, считая родительским долгом делать замечания и видеть в первую очередь ошибки.

## **Можно ли воспитывать без наказаний?**

1. Физическое наказание не требует от родителя размышлений, это самое простое и неэффективное наказание. Шлепая ребенка, вы учите его бояться Вас. Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им дурной пример. Если Вы шлепаете ребенка под горячую руку, это означает, что Вы хуже владеете собой, нежели требуете от ребенка. Наказывая ребенка, мы расписываемся в собственном бессилии и родительской несостоятельности.

2. Наказания часто вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать родителей к брату или сестре.

3. Наказание можно заменить Терпением и Объяснением (кратко расскажите ребенку, почему его поведение неправильно), Неторопливостью (не спешите наказывать ребенка, подумайте, постарайтесь понять, что послужило источником действий), Поощрением за правильное поведение и поступки.

Самый большой дефицит, который испытывают наши дети, - это дефицит Ласки. Родители не находят времени, забывают, а может быть, даже стесняются приласкать своего ребенка просто так, повинаясь какому-то внутреннему порыву. Боязнь избаловать детей, особенно мальчиков, заставляют отца или мать быть чрезмерно суровыми с детьми.

### **Если ребенок имеет речевые проблемы**

1. Объективно подчеркивайте достоинства вашего ребенка.
2. Поощряйте и поддерживайте интерес ребенка к речевому общению с другими детьми.
3. Обратите внимание на чередование периодов улучшения и ухудшения речи. Проанализируйте ситуации и обстановку, в которой речь улучшается, и способствуйте развитию этих ситуаций.

#### **Важно!!!**

Не связывайте неудачи ребенка с его речевыми нарушениями.

### **Если ребенок замкнут**

1. Постепенно расширяйте круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми.
2. Рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали от других людей, а также какое удовольствие получили от общения с окружающими.
3. Пользуйтесь современными средствами коммуникации, при этом подчеркивая удовольствие и от реального общения с людьми. Не забывайте встречаться со своими друзьями и приятелями.
4. Говорите ребенку: "Людям должно быть с тобою легко".

#### **Важно!!!**

Обратите внимание на то, с кем дружен ваш ребенок. Позаботьтесь о том, чтобы у вашего ребенка были друзья из класса, приглашайте их в свой дом. Создавайте ситуации, при которых ребенок, может пригласить друзей.

## **Если ребенок агрессивен**

1. Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.
2. Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах.
3. Пусть ваш ребенок в каждый момент чувствует, что вы любите и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что нужен и важен для вас.

## **Если ребенок конфликтен**

1. Сдерживайте стремление ребенка провоцировать ссоры с другими. Не поощряйте его жалобы на других. Учите рассматривать сложную ситуацию с различных сторон, обращая внимание на действие (или бездействие) самого ребенка. После ссоры обсудите с ребенком причины ее возникновения, определите неправильные действия вашего ребенка, которые привели к конфликту. Говорите ребенку: "Ты хорош, но не лучше других" (это известная формула психического здоровья).
2. Не стремитесь прекратить ссору, обвинив другого ребенка в ее возникновении и защищая своего. Иногда полезно понаблюдать за конфликтом, так как дети сами смогут найти общий язык.
3. Не обсуждайте при ребенке проблемы его поведения с другими людьми.
4. В спорах с ребенком хоть иногда уступайте, чтобы ему не казалось, будто он вечно не прав. Этим вы научите ребенка уступать, признавать ошибки и поражения.
5. Не бойтесь извиниться перед кем-то в присутствии ребенка, он вас начнет уважать.

### **ВАЖНО!!!**

Всегда старайтесь объективно разобраться в причинах возникновения конфликта. Подумайте и обсудите чувства и эмоции всех участников конфликта.



### **Если в семье девочка и мальчик**

1. В воспитании и девочки и мальчика очень важно участие мужчины. Если нет папы, его место должны занять значимые мужчины (дедушка, дядя и др.)

2. Наказывать дочь должна мама, а сына - папа. Этого важно для формирования у детей доброго отношения к противоположному полу. Делая замечания сыну, говорите кратко, конкретно говорите, чем вы недовольны, т. к. мальчикам трудно долго удерживать эмоциональное напряжение.

3. Мальчики (на уроке и дома) не могут набрать оптимальный уровень работоспособности так же быстро, как девочки. Эту способность родителям необходимо учитывать и не пытаться форсировать учебную активность сыновей, это вызовет явную или скрытую агрессию. Наберитесь терпения!

4. Чтобы дети выросли счастливыми, отец (мать) не должен(на) унижать женское (мужское) достоинство матери (отца), вспоминать прошлые ошибки, подчеркивать ее(его) умственные или физические недостатки, акцентировать внимание на ее(его) экономической зависимости и несостоятельности.

### **ВАЖНО!!!**

Любить супруга, помнить счастливые моменты семейной жизни и учиться прощать друг друга.

## **Если ребенку не нравится в школе**

1. Постарайтесь понять, с какими трудностями сталкивается ребенок в школе. Не отказывайте ребенку в помощи при подготовке домашнего задания, если он попросит (даже, если он уже не в начальной школе). При этом не делайте ничего вместо ребенка, делайте вместе с ним, приучайте его самостоятельности.

При выполнении заданий дети часто отвлекаются. Постарайтесь терпеливо учить ребенка не отвлекаться при выполнении задания. Работайте с часами: сначала 5 минут, а затем каждый раз больше на 1–2 минуты.

Четко определите время, когда учить уроки, когда играть, когда выполнять домашнее задание. Это поможет ребенку меньше уставать и все успевать.

Научите своего ребенка учиться. Это значит не только выполнять задание, но и контролировать самого себя и правильность выполнения. Пусть ребенок учится сам, без напоминаний и понуканий. Это будет вашим главным достижением в обучении.

2. Вместе с ребенком выучите имена, отчества и фамилии новых учителей в начале учебного года.

3. Не высказывайтесь негативно о школе, об учителях в присутствии ребенка, даже если Вам кажется, что для этого есть повод. Постарайтесь разобраться в возникшей проблемной ситуации. Лучше, чтобы учитель был вашим союзником.

4. Обеспечьте своему ребенку соблюдение оптимального для этого возраста режима дня и удобное рабочее место дома.

## **Как помочь ребенку в выборе профессии?**

1. Дайте ребенку право выбора своей будущей профессии, но при этом вместе обсуждайте возможные «за» и «против» выбранной им профессии. Если возникают разногласия в выборе профессии, используйте возможность посоветоваться со специалистами-консультантами.
2. Выбирая профессию, рассматривайте ее не только с позиций материальной выгоды, но и с позиции морального удовлетворения и способностей ребенка к выбранному виду деятельности.
3. Поддерживайте ребенка в его выборе, если у него есть желание, терпение и готовность учиться профессии, чтобы его мечта сбылась. Если ваш ребенок ошибся в выборе профессии, не кричите на него и не ругайте, эту ошибку можно исправить.
4. Если ваш ребенок рано определился с будущей профессией, поддержите этот интерес с помощью литературы, занятий в кружках и т.д.

### **ВАЖНО!!!**

Нужно учитывать в первую очередь интересы ребенка, его склонности, способности, желания и только потом семейные традиции, интересы и возможности.

Помните, что дети всегда перенимают от родителей отношение к профессии.

## Как сказать ребенку о разводе?

1. О разводе детям желательно сообщать обоим родителям вместе. Это поможет сохранить у детей чувство доверия к родителям, когда супружеские отношения окончательно разрушатся. Отрепетируйте с супругом то, как вы будете сообщать детям о разводе.

2. Не вините в разводе своего(ю) супруга. Дети не должны выслушивать пренебрежительные слова о человеке, которого они продолжают любить.

Сообщая о разводе, приводите детям доводы, которые им понятны и доступны. Важно сказать детям, что не их поведение и поступки - причина развода.

Если поводом для развода послужило асоциальное поведение (алкоголизм, пристрастие к азартным играм и т.д.) одного из супругов, не следует молчать об этом, но также не стоит представлять своего супруга(у) уродом. Это вызовет у детей еще большую тревогу и, возможно, обратную вспышку.

Например, можно сказать так: «Да, проблема алкоголизма твоей мамы повлияла на мое решение развестись. Но главное не это, просто мы сошлись на том, что больше не можем жить вместе».

3. Расскажите детям, как изменится их жизнь, будьте готовы повторить это несколько раз.

Если вы расстаетесь, но ещё не разводитесь, то обязательно скажите, как надолго вы собираетесь расстаться.

### **ВАЖНО!!!**

Не сообщайте детям о разводе, до тех пор, пока не приняли окончательное решение.

Не заставляйте ребенка выбирать чью-либо сторону.

Старайтесь честно отвечать на вопросы детей о разводе и возможных изменениях в жизни каждого члена семьи после развода родителей.

## **Как создать благоприятную обстановку в доме?**

1. От того, как вы разбудите ребенка утром, зависит его психологический настрой на весь день. Скажите ему: «Доброе утро!» или «Каким хорошим будет сегодняшний день!»

2. Научитесь правильно встречать детей. Сначала задавайте нейтральные вопросы: "Что было интересного? Чем сегодня занимались?», а затем (после перерыва, не спеша) – важные вопросы, например, «Что важно сегодня произошло?» или «Какие планы на вечер?», или «Что срочного необходимо сделать?».

3. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни. Выделите для этого время в течение дня (можно во время ужина или после). Не надо в это время вытирать пыль, просматривать газеты или красить ногти. Смотрите в глаза ребенку, чтобы он знал, что вы сосредоточены на том, что он говорит вам. Поощряйте его продолжить рассказ, спрашивайте: «А что было дальше?», «Он действительно так делал, да?»

Когда вы отвечаете на вопрос ребенка, постарайтесь не быть многословным. Пусть речь ребенка преобладает в вашем разговоре с ним.

Расскажите ребенку о своих «приключениях», начиная с того времени, когда вы были маленьким. Попробуйте рассказать ему о таких вещах, о которых родители, как правило, не рассказывают, считая, что детям это неинтересно. О хороших и плохих учителях в школе, где вы учились, о ваших драках с мальчишками, о жизни в пионерском лагере, о первом свидании и поцелуе и т. д. Все это будет интересно вашему ребенку, вы предстанете перед ним живым человеком. Не надо из каждой истории выводить мораль.

4. Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помиритесь, а потом идите по своим делам.

**ВАЖНО!!!**

Когда, откуда и в каком виде ни вернулся ваш ребенок домой, ВСТРЕЧАЙТЕ ЕГО С ЛЮБОВЬЮ. Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому, возвращаясь домой, не забывайте сказать: "А все-таки, как хорошо у нас дома".

## **Главные советы родителям по воспитанию детей**

- Любите своего ребенка таким, какой он есть, а не за его достижения и победы.
- Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самой собой: каким он был вчера и каким стал сегодня.
- Не следует постоянно опекать ребенка. Будьте уверены, что он сам сможет преодолеть большинство трудностей. Не пытайтесь все делать вместо ребенка, дайте ему определенную свободу, чтобы он мог действовать открыто. Помните: ребенок имеет право на самостоятельность.
- Ни в коем случае не ругайте и не оскорбляйте ребенка, тем более в присутствии чужих людей. Уважайте чувства и мысли своего сына или дочери. На жалобы со стороны окружающих отвечайте так: "Спасибо, мы дома обязательно поговорим на эту тему".
- Научите ребенка говорить о своих проблемах, искренне интересуйтесь его мнением и позицией.
- Постоянно общайтесь с ребенком. Ваши отношения должны основываться на доверии. Ребенок должен чувствовать, что его проблемы вам интересны.
- Помогайте ребенку выполнять то, с чем он не может справиться сам.
- Никогда не бейте ребенка: это не приносит желаемого результата, а лишь делает его агрессивным и заставляет защищаться.
- Осуждайте не самого ребенка, а его поступок.
- Не захваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять его, если он это заслужил. Главное - оценить усилия ребенка, а не хвалить его самого, его характер. Хвалите словом, улыбкой, лаской.
- Учите ребенка анализировать свои ошибки.
- Проводите с ребенком свободное время, помогите ему развивать свои способности.

– Не стройте взаимоотношения на запретах: всегда объясняйте причину и цель ваших требований.

- Будьте терпеливы к вашему ребенку. Старайтесь отвечать на все его вопросы и никогда не говорите, что он много спрашивает.