

Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться.

Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами - не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, это не займет много времени.

Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.

Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку.

Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны - это поможет вам яснее понять ситуацию.

После школы не торопите ребенка садиться за уроки - необходимо 2-3 часа отдыха (1,5 часа сна).

Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте возможность ребенку работать самому.

Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы. Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.

Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление - это первые четыре недели, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.

Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие - это показатели трудностей в учебе!

Даже совсем «большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Это успокаивает, помогает снять напряжение, спокойно уснуть.



**УДАЧИ ВАМ И ДУШЕВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ!**



**ПРАВИЛА И ПРИНЦИПЫ  
ОТНОШЕНИЙ  
РОДИТЕЛЕЙ С ДЕТЬМИ**



**ЭФФЕКТИВНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ  
РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ  
С УЧЕТОМ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ**



Есть несколько правил, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину.



#### ПРАВИЛО ПЕРВОЕ

Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.

#### ПРАВИЛО ВТОРОЕ

Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

#### ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ

Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.



#### ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ

Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.

#### ПРАВИЛО ПЯТОЕ

Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружелюбно-разъяснительным, чем повелительным.

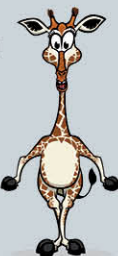
#### ПРАВИЛО ШЕСТОЕ

Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

#### ПОТРЕБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА, В ТОМ ЧИСЛЕ РЕБЕНКА.

Человеку нужно: чтобы его любили, понимали, признавали, уважали; чтобы он был кому-то нужен и близок; чтобы у него был успех – в делах, в учебе, на работе; чтобы он мог себя реализовать, развивать свои способности, самосовершенствоваться, уважать себя. Положительное отношение к себе – основа психологического выживания, и ребенок постоянно ищет и даже борется за него.

Чтобы не допускать глубокого разлада ребенка с самим собой и окружающим миром, нужно постоянно поддерживать его самооценку или чувство самоценности.



Давайте, еще раз посмотрим, как мы можем это делать.

1. Безусловно принимать его.
2. Активно слушать его переживания и выявлять потребности.
3. Бывать (читать, играть, заниматься) вместе.
4. Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.
5. Помогать, когда просит.
6. Поддерживать успехи.
7. Делиться своими чувствами (значит доверять).
8. Конструктивно разрешать конфликты.
9. Использовать в повседневном общении приветливые фразы. Например:  
«Мне хорошо с тобой».  
«Я рада тебя видеть».  
«Хорошо, что ты пришел».  
«Мне нравится, как ты...».  
«Я по тебе соскучилась».  
«Давай (посидим, поделаем...) вместе».  
«Ты, конечно, справишься».  
«Как хорошо, что ты у нас есть».  
«Ты мой хороший».
10. Обнимать не менее четырех, а лучше по 8 раз в день.



#### 10 ПРАВИЛ КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА СЛУШАТЬСЯ:

1. Не отменяйте требования и распоряжения без крайней необходимости.
2. Просьбы и распоряжения должны быть сформулированы ясно и четко.
3. Приучайте детей сразу же выполнять порученное задание и слушаться с первого слова.
4. В присутствии детей у родителей не должно быть разногласий, если же произошла ссора, то восстановить мир и согласие необходимо также в присутствии детей.
5. Не оставляйте без наказания непослушание, усиливая наказание при повторном непослушании.
6. Не изменяйте требований, разрешая сегодня то, что было запрещено вчера.
7. Не командуйте постоянно детьми и не давайте им слишком частых приказаний.
8. Давайте ребенку посильные задания (слишком легкие также плохи, как и слишком сложные).
9. Не позволяйте детям фамиллярного к себе отношения (любовь, ласка и нежность должны сочетаться с уважением и почтением).
10. Самим давать пример.

#### 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 незащищен.

**Поэтому я буду прикасаться к внутреннему миру ребенка с добротой, лаской, нежностью.**

