

# АЗБУКА

## ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Каждому человеку нужно, чтобы его любили, понимали, признавали и уважали, чтобы он был кому-то нужен и близок, чтобы у него был успех в делах, учебе и на работе и чтобы он мог себя реализовывать, развивать свои способности, самосовершенствоваться, уважать себя. Ребенку это тем более необходимо. Поэтому придерживайтесь следующих правил:

**А.** Активно слушайте своего ребенка – то есть, возвращайте ему в беседе то, что он хотел вам поведать, обозначая при этом его чувства.

**Б.** Больше доверяйте своим детям, делитесь с ними своими чувствами. Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

**В.** Вместе – значит на равных. Общие дела сближают родителей и детей. Но не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи.

**Г.** Гордитесь своим ребенком и иногда говорите ему об этом – это поможет вам защитить его от заниженной самооценки.

**Д.** Действия и поступки ребенка можно и нужно иногда осуждать и высказывать свое недовольство, но не его самого и не чувства в целом.

**Е.** Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

**Ж.** Желайте своему ребенку того же, чего бы пожелали себе. Чаще вспоминайте себя в детстве.

**З.** Знайте, что похвала-оценка и одобрение не одно и то же. Поддерживайте успехи и огорчайтесь неудачам вместе.

**И.** Иногда позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться более самостоятельным.

**К.** Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщайте о своих переживаниях, о себе, а не о его поведении. Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.

**Л.** Личность и способности детей развиваются только в той деятельности, которой они занимаются по собственному желанию и с интересом. Не требуйте от ребенка невозможного, или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей ситуации.

**М.** Мамины и папины требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

**Н.** Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе он перестанет воспринимать его. Наказывая ребенка, лучше лишать его хорошего, чем делать ему плохо.

**О.** Обнимайте своих детей, пока они не выросли выше вас, но даже и тогда им требуется ласка.

**П.** Принимайте своего ребенка таким, какой он есть – то есть любите его не за что-то, а просто за то, что он есть!

**Р.** Рискуйте, постепенно снимая с себя заботу и ответственность за личные дела ребенка, его учебу – это развивает самостоятельность и укрепляет доверие к вам.

**С.** Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.

**Т.** Требуйте от своих детей то, что они уже могут делать или готовы научиться, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

**У.** Услышьте и постарайтесь понять хотя бы своих детей. Любой ребенок должен чувствовать себя нужным в семье.

**Х.** Хорошим правилам родители пытаются научить каждого ребенка, но они должны быть выполнимы, их не должно быть много и они должны быть согласованы взрослыми между собой.

**Ц.** Цените минуты общения с ребенком. Прежде чем автоматически приказать, похвалить, наказать, посоветовать, обозвать, оскорбить или смеяться ребенка – подумайте, понравилось бы это вам.

**Ч.** Чаще используйте в повседневном общении приветливые фразы. В детстве мы узнаем о себе только из слов и отношения к себе близких.

