**АЗБУКА**

**ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Каждому человеку нужно, очень 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:

|  |  |
| --- | --- |
| **A** | Активно слушайте своего ребенка – то есть, возвращайте ему в беседе то, что он хотел вам поведать, обозначая при этом его чувства. **Слушать ребенка,** нужно обязательно повернуться к нему лицом, важно также, чтобы его и ваши глаза находились на одном уровне, *(контакт глаз)*; присядьте, притяните к себе **ребенка,** подойдите или придвиньте к нему свой стул. Избегайте общаться с **ребенком,** находясь в другой комнате. |
| **Б** | Безусловно, принимайте ребенка – это значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник. А ПРОСТО ЗА ТО, ЧТО ОН ЕСТЬ! |
| **B** | 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 выказывать 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. |
| **3** | 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 (Я расстроена… Меня тревожит...), 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. Больше доверяйте своим детям, делитесь с ними своими чувствами. |
| **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. «Обнимать **ребенка**надо несколько раз в день, четыре объятия совершенно необходимы просто для того, чтобы выжить, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день!» писал А. Стеурт.» |
| **П** | Приказы, команды – «сейчас же престань! Убери на место! Марш в кровать! Замолчи!». Угрозы бесчисленны и неэффективны: дети привыкают к угрозам и родителям приходится выдумывать еще более страшные наказания. Которых дети уже не боятся. |
| **Р** | Рискуйте, постепенно снимая с себя заботу и ответственность за личные дела ребенка — 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 своих детей. Любой ребенок должен чувствовать себя нужным в семье. |
| **X** | 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 осмеять 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. |

***Общайтесь со своим ребёнком на языке мира, добра и терпения!***