***Десять заповедей для родителей***

|  |  |
| --- | --- |
|  | * ***Не жди, что твой ребёнок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.***
* ***Не требуй от ребёнка платы за всё, 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.***
* ***Не вымещай на ребёнке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо, что посеешь, то и взойдёт.***
* ***Не относись к его проблемам свысока.***
 |
| * ***Жизнь дана каждому по силам, будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.***
* ***Не унижай!***
* ***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 ребёнке.***
* ***Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребёнка. Мучь, если можешь – но не делаешь. Помни, для ребёнка сделано не достаточно, если не сделано всё.***
* ***Ребёнок – это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нём творческого огня. Это раскрепощённая любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой» ребёнок, но душа, данная на хранение.***
* ***Умей любить чужого ребёнка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.***
* ***Люби своего ребёнка любым – неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним – радуйся, потому что ребёнок – это праздник, который пока с тобой!***
 |

***Советы родителям и детям***

|  |  |
| --- | --- |
| * ***Разговаривайте  друг с другом: если  общения не происходит, вы отдалаяетесь друг от друга, а это недопустимо.***
* ***Умейте выслушать внимательно, с пониманием, не перебивая и не настаивая  не  своём.***
* ***Рассказывайте  ребёнку о себе, пусть он знает, что вы тоже готовы поделиться с ним. Не уходите в себя.***
* ***Будьте рядом: важно, чтобы ребёнок понимал, что дверь к вам открыта и всегда есть возможность побыть и поговорить с вами.***
* ***Старайтесь всё делать вместе, планировать общие интересные дела, дайте ребёнку альтернативу, если ему предстоит  сделать выбор.***
 |  |
| * ***Общайтесь  с его друзьями: подросток часто ведёт себя так или иначе, находясь под влиянием окружения.***
* ***Показывайте пример: алкоголь, табак, медикаменты-легальны, но то, как вы их употребляете, какое место они занимают в вашей жизни служит примером для ваших детей.***
* ***Помните, что ребёнок всегда нуждается в вашей поддержке.***
* ***Не запугивайте, он может перестать  вам верить.***
* ***Поддерживайте  и подбадривайте ребёнка без слов: обнимите, подмигните, потрепите по плечу, кивайте головой, смотрите в глаза, возьмите руку.***
 |

***Советы детям***

|  |  |
| --- | --- |
|  | * ***Доверяйте своим родителям: они самые близкие вам люди, они могут  помочь вам, дать хороший совет.***
* ***Рассказывайте им о своих проблемах, неудачах, горестях.***
* ***Делитесь своими радостями.***
* ***Заботьтесь о родителях: у них много трудностей.***
* ***Старайтесь их понимать, помогайте им.***
* ***Не огорчайте родителей и не обижайтесь на них понапрасну.***
 |
| * ***Знакомьте их со своими друзьями, рассказывайте о них.***
* ***Расспрашивайте своих родителей  об  их детстве, о друзьях детства.***
* ***Демонстрируйте родителям достоинства своих друзей, а не их недостатки.***
* ***Радуйтесь вместе с родителями успехам своих друзей.***
 |

******

***Комиссия по делам несовершеннолетнихи защите их прав Администрации МО «Майминский район»***

***Тел.8(38844)23315***

**Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав Администрации МО «Майминский район»**

**Тел.8(38844)23315**

**8 простых, но бесконечно теплых фраз, которые делают ребенка счастливее**

****

Мать и ребенок. Иллюстративное фото

ФОТО: Panter Media/Scanpix

***Все родители мечтают, чтобы из их ребенка***

***вырос достойный человек, способный на искренние отношения, открытый миру и людям. Но далеко не все знают, что формируются эти качества еще в самом раннем детстве. А еще то, что счастье ребенка во многом зависит от слов,***

***которые он чаще всего слышит от мамы и папы.***

**«Я тебя люблю»**

По наблюдениям психологов, люди, которые в детстве часто слышали от родителей: «Я тебя люблю!», гораздо увереннее чувствуют себя во взрослой жизни. Они легче справляются с жизненными трудностями и с оптимизмом смотрят в будущее.

Кроме того, дети, выросшие в обстановке любви, непременно захотят в будущем поделиться этой любовью с другими людьми. Вот почему повзрослев, они создают крепкие семьи, с радостью заводят и воспитывают своих детей, окружают вниманием и заботой престарелых родителей.

**«Я тобой горжусь»**

Ребенок всегда нуждается в поддержке, в особенности от самых близких людей. Услышав от мамы и папы похвалу (пусть даже за самое небольшое достижение), малыш обретает уверенность в своих силах. Он понимает, что отныне ему по плечу и другие, более весомые подвиги.

И даже в случае, когда у карапуза не все получилось, его тоже обязательно нужно похвалить — за старание, за волю к победе или хотя бы за умение «держать удар» и не раскисать от проигрыша.

**«Я в тебя верю»**

Одна эта фраза, сказанная мамой или папой, способна удвоить (а то и утроить) силы любого ребенка. Ведь словами: «Я в тебя верю» родители как бы внушают своему малышу, что все у него получится. И ребенок понимает: если мама и папа ни на минуту не сомневаются в его победе или успехе, так и будет.

Неудивительно, что, повзрослев, такие люди чувствуют, что им по плечу любые задачи и легко справляются с жизненными трудностями.

**«Не бойся ошибиться»**

Когда ребенок расстроен какой-то неудачей, очень важно объяснить ему, что это всего лишь ошибка, а вовсе не конец света. А ошибиться может каждый — и ребенок, и взрослый. В этой ситуации уместно будет рассказать малышу о каких-нибудь своих промахах, на фоне которых его фиаско будет выглядеть менее трагически. И вместе посмеяться над тем, что и у взрослых не все проходит гладко.

А главное, нужно обязательно дать малышу почувствовать, что даже после ошибки он не стал в глазах родителей хуже, и они не будут его меньше любить.

**«Ты у меня очень умный»**

У детей с заниженной самооценкой на фоне нескольких промахов или неудач может появиться настоящий комплекс: «Я глупый, поэтому у меня ничего никогда не получается». Чтобы этого не произошло, родителям нужно делать акцент на интеллектуальные способности ребенка, его эрудицию, нестандартное мышление, хорошую память.

В противном случае, уверовав в свою посредственность, ребенок и во взрослой жизни будет пасовать в любых ситуациях, требующих умственного напряжения.

**«Я тебе доверяю»**

Доверие и откровенность — очень важные критерии в отношениях родителей и ребенка. Тем не менее, взрослым нельзя обижаться и злиться, что их чадо не всегда посвящает «предков» в свои дела.

Ведь у каждого человека, даже самого маленького, должно быть свое личное пространство, а может быть, и своя небольшая тайна. И фразой: «Я тебе доверяю» родители как бы подчеркивают, что не собираются ничего выпытывать. Потому что уверены — в секрете ребенка нет ничего плохого, и он сам им поделится, когда сочтет нужным.

**«Большое спасибо»**

Не нужно бояться загружать маленького ребенка домашними делами. Уже в 2-х летнем возрасте малыш вполне способен убрать за собой игрушки или помочь маме накрыть стол к завтраку. Выполняя посильные поручения, ребенок не только привыкает к труду, но и чувствует себя нужным и полезным в семье.

При этом родители никогда не должны забывать благодарить малыша и как можно чаще говорить ему: «Спасибо». Даже если задание он выполнил «на троечку с плюсом». Зато ребенок поймет, как важно для мамы и папы его участие в общих делах, а заодно получит еще один урок вежливости.

**«Как здорово, что ты у меня есть»**

Повторять эти слова родители должны своему ребенку практически ежедневно. И обязательно скреплять их обнимашками и поцелуями. Ведь любому малышу очень важно сознавать, что он — это самое лучшее, что есть у мамы и папы.

В случае, когда в семье несколько детей, говорить эту фразу нужно не только каждому в отдельности, но и всем вместе. Так малыши поймут, что у мамы и папы нет любимчиков, и все дети для них дороги и желанны.

***Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав Администрации МО «Майминский район»***

***тел.8 (38844)23315***

# 10 ошибок в воспитании:

# чего не надо делать

***То, как мы ведем себя с детьми, напрямую влияет на их эмоциональное развитие, поведение и дальнейшую жизнь.***

***У тревожных родителей тревожные дети.***

***Если мы несчастны, то и наши дети, скорее всего,***

***обречены на несчастье.***

***Вот несколько ошибок, которые многие допускают по привычке, не думая о последствиях для ребенка.***

### Ошибка №1: манипулирование

Угроза перестать любить — самые страшные слова, которые могут нанести ему серьезную травму. Быть любимым — базовая потребность любого человека. Малыш должен знать, что ваши чувства к нему безусловны, вы полностью принимаете его. В противном случае вы приучаете его к тому, что любовь не дается просто так, ее надо заслуживать. Вырастая, он продолжает заслуживать эту любовь у окружающих, пытаться угодить, быть для всех хорошим, это влияет на выбор будущего партнера и взаимоотношения с ним.

### Ошибка №2: чрезмерная опека

Излишний контроль убивает самоконтроль, самостоятельность. Такие дети вырастают в инфантильных взрослых, не способных принимать решения, отказывать окружающим.

Если у ребенка появилось желание что-то сделать, предоставьте ему такую возможность, но сначала научите его. Особенно важно не торопить трехлетних детей в разгар кризиса самостоятельности. Часто в спешке родителям проще самим одеть малыша, чем ждать, пока он «возится». Выход: будить его раньше, чтобы оставалось достаточно времени на сборы.

### Ошибка №3: неспособность понять, что ребенок — личность

Зачастую родители не видят в ребенке самостоятельного человека со своими проблемами, характером, пониманием жизни. Но даже утверждение, что у детей меньше опыта, чем у взрослых, весьма спорное. У детей свой опыт, в некоторых сферах его намного больше, чем у взрослых.

### Ошибка №4: гипоопека

В некоторых семьях дети предоставлены самим себе, лишены внимания и заботы, чувствуют себя нелюбимыми и нежеланными. Их близкие выполняют обязанности чисто механически, считая, что с главной своей задачей — научить самостоятельности — они справились. Но научить самостоятельности — одно, а пустить воспитание на самотек — другое. Родители игнорируют проблемы ребенка, часто раздражаются. В результате ребенок чувствует себя «плохим», «глупым», виноватым в проблемах семьи.

### Ошибка №5: развитие любой ценой

Зачастую из благих побуждений ребенка заставляют заниматься через «не хочу», повторяя: «Вырастешь — спасибо скажешь». Возможности ребенка действительно огромны, и при желании можно научить его читать, говорить на иностранном языке в очень раннем возрасте. Вопрос, зачем?

Усиленно стимулируя интеллектуальное развитие малыша, мы ущемляем его в эмоциональном развитии. Перегруз кружками и секциями приводит к эмоциональному выгоранию. Бывает, что дошкольников так «загружают» учебой, что они не чувствуют ни малейшего желания идти в школу. Нередко родители впадают в крайности, стремясь дать детям то, чего когда-то не получили сами. В стремлении реализовать амбиции они начинают рассматривать малыша не как отдельную личность, а как «бизнес-проект», который должен приносить дивиденды.

### Ошибка №6: бесконечные запреты

Сначала мы десятки раз за день одергиваем: «Нельзя!», «Не трогай это», «Не лезь сюда» — а потом удивляемся, что он становится безынициативным и неуверенным и корим его за это. Категорический запрет без объяснения причин лишь акцентирует на этом внимание и создает еще больший интерес.

Действия ребенка продиктованы желанием исследовать окружающий мир, и если мы не позволяем ему идти на риск, ошибаться, набивать шишки, он не приобретает необходимый опыт. Важно создавать для ребенка безопасное пространство для экспериментов, показывать, что уважаете его интересы. Тогда, став взрослым, он не будет страдать от неуверенности в себе и незнания своих желаний и потребностей.

### Ошибка №7: телесные наказания, крики, игнорирование

Ребенок должен воспринимать отца и мать как близких друзей, которым можно доверить сокровенное, а не бояться криков, нотаций и тем более кулаков. Крик и физическое наказание — акт бессилия родителей. Читать нотации тоже бесполезно: ребенок копирует образ жизни родителей, его воспитывает атмосфера, в которой он находится. Самая большая мотивация — личный пример.

Не разговаривать с ребенком — самое тяжелое с психологической точки зрения наказание, это своего рода психопатология и признак невротического поведения.

### Ошибка №8: неконтролируемое использование гаджетов

Совсем запретить современному ребенку пользоваться смартфоном, ноутбуком, планшетом вряд ли возможно, но мы обязаны контролировать этот процесс. Зачастую родителям проще поставить малышу мультфильм на планшете, чтобы он не мешал заниматься делами. Когда воспитанные на гаджетах дети приходят в школу, у трети из них обнаруживается общее недоразвитие речи при сохранном интеллекте. Они не умеют мыслить образами, излагать мысли на письме, выстраивать устные ответы.

Многим удобно, когда ребенок «сидит в компьютере»: формально он дома, а не в сомнительной компании, и нет нужды беспокоиться о его безопасности. Но это вредно не только для зрения и осанки, но и для умственного развития. Вместо общения со сверстниками в реальной жизни ребенок пропадает в виртуальной реальности, нарушается его эмоциональная связь с близкими. Часто это путь к игромании, наркомании, алкоголизму и другим формам зависимости.

### Ошибка №9: жизнь ради детей

Нельзя упрекать детей за вклад, сделанный в их развитие. Сам факт существования ребенка — награда и компенсация за вложенные в него любовь, душу, время.

И потом, какой пример и какую любовь мы можем дать детям, если не любим самих себя? Наша неспособность заботиться о себе, относиться к себе с должным вниманием может передаться ребенку, сформировав множество комплексов от завышенных требований.

### Ошибка №10: отсутствие личного примера

Истина предельно проста: у несчастливых родителей не может быть счастливых детей. Если мать и отец тревожные, невротичные, дети будут воспринимать их страхи, неврозы, неуверенность. Бесполезно читать нотации о том, «что такое хорошо и что такое плохо»: психика ребенка формируется под влиянием вашего общения, поступков, поведения. Не пытайтесь воспитывать ребенка, он в любом случае будет похож на вас. Воспитывайте себя.

Счастливые и психически стабильные родители — залог будущего счастья детей.