



### **1. Как можно чаще общайтесь**

Чувствовать себя “на одной волне” с ребенком, быть в курсе даже самых незначительных событий его жизни – главное правило “хорошего родительства”. Кажется, вы уже все поняли про своего ребёнка, а он вдруг “выкидывает” что-то абсолютно новое! Дети растут быстро, а это значит, что вы всегда должны быть очень внимательны и готовы к неожиданным переменам. Слушая ребенка, разговаривая с ним как со взрослым, вы тем самым учите малыша правильно вести беседу.

Не забывайте похвалить его за вовремя сказанные “пожалуйста” и “спасибо” или пресечь грубость, каприз. Конечно, ваше общение не может продолжаться 24 часа в сутки, но важно, чтобы он знал: у вас есть на это время. Утром, когда все спешат, а ребенок пытается что-то рассказать, извинитесь и пообещайте, что

выслушаете его вечером. И обязательно вернитесь к отложенному разговору – это заставит ребенка поверить, что он действительно для вас важен.

Будьте внимательным и терпеливым слушателем, чтобы малыш доверял вам и в дальнейшем. Ведь родители очень часто жалуются, что дети просто не хотят с ними общаться.

### **2. Будьте последовательны**

Дети любят предсказуемость. Режим, установленные ограничения дают им ощущение порядка и безопасности в окружающем мире. Четкие правила помогают избежать конфликтов и наказаний. И не забывайте объяснять ребенку, почему надо вести себя так, а не иначе.

### **3. При любой возможности проявляйте свою любовь**

Эмоциональная открытость в воспитании даже важнее, чем последовательность. Когда ребенок знает, что мама и папа любят его несмотря ни на что, ему не так страшно, если вы вдруг рассердитесь. Старайтесь чаще говорить ребёнку что-то одобрителное: похвалите, если он без напоминания убрал свою постель, или позвольте в качестве

вознаграждения поиграть лишних 15 минут на компьютере. Ребенок поймет, что вы цените его хорошее поведение, а если и сердитесь, то за дело. Помните: ваше постоянное “нет” и “нельзя” может вызвать у него состояние стресса. Как можно активнее поощряйте интересы ребёнка и не навязывайте собственных. Так вы продемонстрируете свое уважение к его способностям и дадите понять, что принимаете ребенка таким, какой он есть.

### **4. Проявляйте гибкость**

Многие родители постоянно колеблются между необходимостью следовать установленным правилам и желанием уступить ребенку, сделать ему поблажку. Проявите гибкость: помните, что из любых правил бывают исключения. Так вы научите своего ребенка быть гибким при решении той или иной проблемы.

В дальнейшем это поможет ему приспособиться к переменам, не теряя уважения к правилам и ограничениям.

### **5. Будьте информированным**

Хорошие родители умеют инстинктивно находить верное решение. А для этого надо быть как

можно лучше информированным о возможностях и способностях малыша в каждом конкретном возрасте.

Не информированные родители почти всегда переоценивают своего ребенка и часто испытывают разочарование. К счастью, сегодня существует обилие литературы по воспитанию детей. Так что, да здравствуют знания! И не пренебрегайте таким ценным источником информации, как бабушки и дедушки, друзья, коллеги и соседи.

#### **6. Давайте себе право на передышку**

Забота о детях требует огромного напряжения физических и душевных сил. Конечно, из любви к ребенку можно выдержать все, но если он видит, чего вам это стоит, какая вы измученная и нервная, он думает: “Мама очень устала, и все это из-за меня”. Если же вы будете отводить себе время на отдых и развлечения, ребенок поймет, что и у других людей есть свои потребности, которые необходимо уважать. Иногда, чтобы снова почувствовать себя “хорошим родителем”, вам необходимо всего лишь немного отдохнуть. Просто скажите: “Сейчас я устала и хочу прилечь на 15 минут”. Будьте уверены – чадо поймет вас!

#### **7. Сохраняйте уверенность в себе**

Если вы будете постоянно придерживаться вышеперечисленных правил, то очень скоро обязательно ощутите позитивные результаты. У вас появятся веские основания почувствовать себя хорошим родителем.

А ребенок всегда будет уверен: мама и папа знают, как сделать лучше!



МАОУ «СОШ № 1»

Памятка для родителей

**Как воспитать  
счастливых и  
уверенных в себе  
детей**

