

Памятка родителям

«10 шагов, чтобы стать хорошими родителями»

1. **Любовь – это самая важная потребность всех детей.**



Чем больше Вы проявляете свою любовь к детям, обнимая, целуя их и говоря: «Я тебя люблю», тем больше они хотят доказывать вам, что они заслуживают ее. Любовь взрослого укрепляет уверенность ребёнка в себе и уважением к своей личности.

2. **Слушайте внимательно, что Вам говорят дети.**

Проявляйте интерес к тому, что они делают и чувствуют. Убедите их, что чувства естественны – надо только уметь верно их выразить. Чем чаще вы будете так делать, тем реже вам придётся прибегать к наказаниям.

3. **Даже при самых любящих и внимательных отношениях с ребёнком необходимо четко установить ограничения (запреты).**

Это – часть родительских обязанностей. Но помните, что для детей естественно и нормально испытывать эти границы на прочность. Это не каприз – это часть процесса обучения. Дети чувствуют себя более защищенными (хотя и жалуются), если Вы придерживаетесь установленных правил, при условии, что они обоснованы.



4. **Смех помогает разрядить напряжённую ситуацию.**

Иногда родители бывают слишком серьезны, словно юмору не место в общении с детьми. Старайтесь видеть забавные стороны и разрешите себе посмеяться, когда это возможно.

5. **Видение событий с точки зрения ваших детей и представление о том, что они чувствуют – это ключ к пониманию их поведения.**

Попробуйте вспомнить, что вы чувствовали, когда были детьми и взрослые несправедливо обращались с вами, и Вы станете лучше понимать своего ребёнка.



6. Хвалите и одобряйте своих детей.

Ожидайте, что они будут хорошо себя вести, поощряйте их усилия, хвалите за хорошее поведение и старайтесь игнорировать плохие поступки. Чем больше Вы придираетесь, тем меньше дети будут вас слушать.

7. Уважайте своего ребёнка так же, как Вы уважали бы взрослого человека.

Привлекайте ваших детей к принятию решений, особенно если эти решения как-то влияют на их жизнь; прислушайтесь к их точке зрения. Если же Вы поддались искушению сказать что-нибудь, что ранит вашего ребёнка, то подумайте, как бы это выглядело если бы вы, сказали тоже самое взрослому. Извинитесь перед своим ребёнком, если вы чем-то обидели его.



8. Установите определенный распорядок дня.

Маленькие дети чувствуют себя гораздо счастливее и в большей безопасности, если они едят, спят, играют, гуляют в одно и то же постоянное время. Многих конфликтов вы можете избежать, если у ребёнка будет четкое время для приема пищи, сна или время для шумных игр.

9. Некоторые правила необходимо соблюдать в каждой семье, но старайтесь быть гибкими с маленькими детьми.

Однажды установив в своей семье правила, будьте последовательны в их исполнении. Если вы устанавливаете правило, а на следующий день заменяете его на другое, то вашим детям будет трудно понять, какое из этих правил действует сейчас. Иногда, вне дома, вам потребуются другие правила, которые необходимо объяснить детям.

10. Не забывайте о своих собственных потребностях!

Если вы чувствуете, что устали и вашему терпению вот-вот придет конец, выделите некоторое время для своего отдыха. Займитесь чем-нибудь, от чего вам будет лучше.

Группа «Я — воспитатель»: <https://vk.com/yavosp>

Дополнительные материалы для воспитателей по подписке: <https://vk.com/donut/yavosp>

Если Вы чувствуете, что теряете контроль над собой или готовы закричать на своего ребёнка, оскорбить его или ударить, лучше выйдете, успокойтесь и сосчитайте до 10.

[Источник](#)

