

Уважаемые родители, дети — это главная ценность в нашей жизни!



Все мы стараемся воспитать детей как можно лучше, но не всегда знаем, как правильно поступить в той или иной ситуации. В этом случае решить самые острые проблемы могут помочь советы психолога. Важно постоянно общаться с ребенком, для этого:

Расспрашивайте, говорите с ребенком, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым. Позволяйте ребенку выговориться: проявляйте к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Главное при этом делать акцент на мысли «Я – не просто родитель, я – твой друг».

Придя домой после работы, **не начинайте общение с претензий**, даже если ребенок что-то сделал не так. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному!

Помните, **авторитарный стиль воспитания не эффективен и даже опасен**. Чрезмерные запреты, ограничение свободы, наказание могут спровоцировать у ребенка ответную агрессию или аутоагрессию (т.е. агрессию, направленную на себя). Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение его целесообразности. Предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей, особенно в подростковом возрасте.

Говорите о перспективах в жизни и будущем. У детей еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, или текущий момент. Узнайте, что ваш ребенок хочет и как он намерен добиваться поставленной цели. Помогайте ему составить реальный план действий.

Говорите с ребенком на серьезные темы: что такое жизнь? в чем смысл жизни? что такое дружба, любовь, смерть, предательство? Эти темы очень волнуют подростков. Не бойтесь делиться собственным опытом и размышлениями. Задушевная беседа «на равных» всегда лучше, чем монологи о том, что правильно, а что неправильно.

Важно, чтобы ребенок понял: жизнь – это ценность, ради которой стоит жить. Лучший способ привить любовь к жизни – Ваш собственный пример, Ваше позитивное мироощущение. Это поможет ребенку справиться с любыми возникающими трудностями и не остаться один на один со своими проблемами.

Дайте понять ребенку, что опыт поражения так же важен, как и опыт достижения успеха. Рассказывайте ребенку о том, как Вы преодолевали те или иные трудности. Конструктивно пережитый опыт неудачи делает человека более уверенным в собственных силах и наоборот: привычка к успехам порою приводит к тому, что человек начинает очень болезненно переживать неудачи.

Проявляйте любовь, внимание, заботу. Если дети более младшего возраста открыто просят внимания к себе, то подростки зачастую делают вид, что Вы совсем не нужны. Они могут обесценивать проявления заботы и нежности, вместе с тем им необходимы Ваша любовь, внимание, забота, поддержка. Надо лишь выбрать приемлемые для этого возраста формы их проявления.

Найдите баланс между свободой и не свободой ребенка. Современные родители стараются раньше и быстрее отпускать своих детей «на волю» и возлагать на них ответственность за собственную жизнь и здоровье. Предоставляя свободу, помните, что ребенок пока не умеет с ней обходиться, может ее воспринимать как вседозволенность. Важно распознать ситуации, в которых ребенку уже можно предоставить самостоятельность, а в которых он еще нуждается в помощи.

Одобрите положительные начинания детей и содействуйте в их реализации.

Доверяйте ребенку, прощайте случайные шалости, но в требованиях будьте честными и последовательными.

Не вмешивайте детей в решение семейных конфликтов. Оберегайте ранимую душу.

В случае необходимости вовремя обратитесь к психологу, который поможет Вам сохранить доверие и мир в отношениях с ребенком.

**Вы и Ваш ребенок всегда можете получить профессиональную помощь
по Единому телефону доверия для детей и подростков 8-800-2000-122**