**«Дом — это безопасный остров»**

**Уважаемые родители!**

Первый шаг в мире ребенок начинает с того, что оглядывается на взрослых и судит этот мир по законам, которые они ему преподносят.

Уважаемые родители! Если в семье принято жаловаться на жизнь, на недостатки, есть привычка видеть все плохое, негативное, вы ожидаете постоянных неприятностей и все время говорите, что вам все надоело, вы устали, не хватает денег, а ребенок видит неуверенность в завтрашнем дне и полный пессимизм, тогда откуда в вашей семье вырастет ребенок-оптимист? Может, в этом кроется причина высокого уровня тревожности и страхов у детей? Порой, чтобы заставить ребенка делать что-то, родители кричат на него, для усиления эффекта кричат громче, пристукивают по столу кулаком и грозят указательным пальцем. Дети, глядя на такие манеры, так же кричат на взрослых, чтобы выпросить то, что им нужно.

Уважаемые родители! Не заставляйте делать ребенка что-то, если вы не в духе, разражены, не контролируете свои эмоции. Как только вы почувствовали, что нервы сдают — остановитесь! Сделайте паузу, чтобы не сказать или не сделать что-то, о чем потом пожалеете. Дети всегда настроены на одну волну с родителями и реагируют на малейшие изменения в настроении мамы или папы.

**Важные советы в воспитании детей**

-  Совет самый главный: хвалим на людях, ругаем наедине!

-  Не «нападаем» на ребенка всей семьей!

-  Не обманываем детей, расплата – потеря доверия.

-  Не конкурируем за любовь второго родителя. Никогда не спрашивайте: «Кого ты любишь больше, папу или маму?».

Советуемся с ребенком по вопросам, касающимся вашей семьи: что приготовить к обеду, как лучше провести выходные, какую мебель купить в комнату. Находим в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребёнку, не отвлекаясь на домашние заботы, компьютер, телефон, телевизор и общение с другими членами семьи.

Помните, что ребенок должен знать о своих достоинствах, а не только о недостатках. На психологическое самочувствие ребенка в семье влияют негативные установки, которые каждый день звучат в адрес ребенка. Каждая фраза, сказанная из уст родителей, может иметь последствия на долгие годы.

Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим: «Ты уже большой» — 7–8-летнему ребёнку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Всё это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, и спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношений, не обсуждать контрольную работу и тому подобное. Больше разговаривайте со своими детьми, рассказывайте о своей работе, обсуждайте с ними их дела, игрушечные или учебные, знайте их интересы и заботы, друзей и учителей. Дети должны чувствовать, что вы их любите, что в любой ситуации они могут рассчитывать на ваш совет и помощь и не бояться насмешки или пренебрежения. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения. Будьте с ним вместе. Дом — это безопасный остров, а не только место, где контролируются удачи и неудачи, выносятся приговоры. *Не требуйте от ребенка платы за все, что вы для него сделали. Вы дали ему жизнь, как он может отблагодарить? Он даст жизнь другому, тот — третьему, и это необратимый закон благодарности.*

Не сравнивайте своих детей. Пусть они будут разными. Если им не придется делить вас между собой, они всегда будут любить и поддерживать друг друга. Помните, когда у вас появляется младший ребенок, старший все еще остается ребенком, которому нужна ласка, забота, внимание, возможность почувствовать себя маленьким. Спрашивайте у младшего ребенка, что он может сделать, чтобы самостоятельно урегулировать конфликт со старшим, что он может сделать, чтобы старшему ребенку было приятно и интересно с ним общаться.

Наказывать ребенка нужно только с холодной головой и обязательной любовью к нему. Недопустимы элементы жестокости, такие как подзатыльники, щипки, выкручивание рук или ушей. Часто родители наказывают, еще не остыв и соответственно не соизмеряя меру наказания к самому проступку. Берегите нервные клетки, свои и ребенка!

Родители должны твердо запомнить, что ребенка нельзя наказывать за врожденные недостатки, которые ребенок не в силах исправить. Например, заикание. Наказание за плохую учебу чаще всего ведет к стойкой нелюбви ходить в школу вообще, а также к обману родителей, вырыванию страниц из дневника, прогулам и т.д.; нельзя наказывать за проступки, совершенные ребенком из-за непонимания того, что он поступил плохо, — ведь он просто этого не знал. Не ругайте его, а спокойно объясните, почему этого делать нельзя. Если вы узнали о проступке вашего ребенка спустя длительное время после его свершения, не наказывайте его. Возможно, сейчас бы он этого не сделал, а скрывал, потому что было стыдно. Поговорите об этом. В случае же непонимания объясните, в чем состоит его вина и как вы огорчены.

Не стоит в виде наказания использовать домашний труд, если вы, конечно, не хотите привить, например, девочке стойкую неприязнь к уборке. Да и порученную работу ребенок может выполнить плохо, и за это вы тоже будете его наказывать? Нельзя детей наказывать в присутствии друзей и вообще посторонних людей. Ведь вы хотите наказать за конкретный проступок, а не унизить. Для впечатлительных детей нет ничего страшнее, и они могут вас возненавидеть. Нельзя за один и тот же проступок наказывать несколько раз. Например, сегодня вы не разрешили ему смотреть любимую передачу, а в воскресенье не разрешили пойти в гости, мотивируя тем, что он все еще расплачивается за случившееся. Даже преступников не судят дважды за одно преступление.

**Как можно наказывать**

*Наказание должно быть обязательно адекватно проступку*. В любом случае необходимо объяснение, почему это плохо и за что наказан ребенок. Лучше ограничиться строгим внушением, но не криком.

Пока вырастают, дети, естественно, совершают множество ошибок, порой грубых, наносящих и материальный, и моральный ущерб окружающим. Родители придают особое значение именно наказанию и зачастую используют его неверно, нанося психике ребенка непоправимый вред. Надо поставить перед собой задачу, как «очеловечить» наказание, как найти формы, не унижающие человеческого достоинства, как использовать наказание так, чтобы направить его к действиям, которые помогли бы исправить его ошибку, а не добиваться послушания любой ценой. Дети не прощают несправедливого наказания и, наоборот, адекватно относятся к справедливому, не тая обиды на взрослого.

*Сочетать наказание с убеждением*. Именно через проникновенное слово воспитателя можно довести до сознания смысл наказания и его причины, а также желание исправить поведение.

*Отсутствие поспешности в применение наказания*. Необходимо сначала выявить причины, побудившие ребенка к отрицательным действиям. Применять наказание лишь после того, как все другие методы и средства не дали никаких результатов или когда обстоятельства требуют изменить поведение человека, заставить его действовать в соответствии с общественными интересами.

Наказание должно быть строго индивидуализировано. Для одного ребенка достаточно только взгляда, для другого — категорического требования, а третьему просто необходим запрет.

*Не злоупотреблять наказанием*. Дети привыкают и не испытывают угрызений совести. В таком случае зачем оно?

Воспитывайте у ребенка активное отношение к жизни, деятельную позицию. Пусть вашим общим лозунгом станут слова «Я могу». Научите ребенка, даже когда нет полной уверенности, приниматься за дело с радостью и настраиваться на победу. Со временем такой подход к делу войдет в привычку и от пессимизма не останется и следа.

Научитесь вместе с ребенком следить за своими мыслями и словами, стараться меньше жаловаться, чаще улыбаться, искать любой, пусть самый незначительный, повод порадоваться и искать разные варианты решения проблемы. Покажите ребенку, как легко быть доброжелательным и приветливым, открытым всему новому, интересному, как при этом жизнь становится ярче. Помогите ребенку развить в себе умение быть счастливым, уверенным, энергичным, то есть быть настоящим оптимистом, даже когда плохое настроение.