

**Чтобы помочь ребенку,
нужно просто:**

- **Быть спокойным:** избегайте крика, запугивания. Говорите спокойно, ясно и понятно. Если вы слишком взволнованы, переведите дыхание, займитесь чем-нибудь другим или позвоните подруге или товарищу.
- **Быть твердым, но справедливым:** установите ясные и понятные правила поведения вашего ребенка и границы дозволенного. Убедитесь в том, что он понимает ваши ожидания.
- **Быть старшим товарищем:** слушайте своего ребенка, старайтесь объяснять вашу реакцию на его поведение, но не оправдывайтесь.

- **Быть последовательным:** установив правила, строго придерживайтесь их. Допуская гибкость, постарайтесь не стать жертвой манипуляций.

- **Быть терпеливым:** любые изменения трудно переживаются даже взрослыми. Ребенок должен иметь право на ошибку.

- **Быть любящим отцом или матерью:** ребенку нужна любовь и внимание. Ваша любовь к нему не должна находиться в зависимости от его поведения.

**Помните: Вы – лучший родитель
для своего ребенка!**



***Как стать
выдающимся
родителем***

*...Дети мира невинны,
уязвимы и независимы. Они
также любознательны,
энергичны и полны надежд.
Их время должно быть
временем радости и мира,
игр, учебы и роста...*

*Всемирная декларация об
обеспечении защиты и развития
детей*

*...Ребенок может чувст-
вовать себя защищенным
только в семье, где чувствует
заботу и любовь родителей.
Именно такая семья дает
ощущение радости, жизни и
уверенности в себе...*

Жизнь

Десять способов стать выдающимся родителем

1. **Подавайте хороший пример.** Ваше поведение – образец для ребенка, которому он старается подражать.
2. **Уважайте чувства,** мысли и суждения своих детей
3. **Чаще хвалите,** обнимайте и целуйте своего ребенка. Он должен знать, что вы его любите.
4. **Всегда держите данное вами слово.** Если все-таки приходится его нарушить, объясните ребенку причины и извинитесь перед ним.
5. **Поощряйте** творческую деятельность ребенка. Задавайте вопросы, развивающие воображение и любознательность.
6. **Повышайте самооценку ребенка,** поощряя любые проявления самостоятельности.
7. **Будьте в курсе** того, что происходит в жизни вашего

ребенка – в школе, на улице, с друзьями.

8. **Управляйте поведением** своего ребенка твердо, честно и с любовью. Обсуждайте поступки ребенка, а не его личность.
9. **Устанавливайте семейные традиции.** Не жалейте времени на развлечения и игры с ребенком.
10. **Настраивайтесь на лучшее.** Это поможет вам и вашему ребенку преодолевать препятствия и достигать поставленные цели.

Эффективное управление поведением ребенка

Наличие четкой дисциплины, заведенного порядка в семье тоже является важным фактором благополучия ребенка. Но дисциплина – это не значит наказывать, мстить и вымещать на ребенке свою неудовлетворенность и гнев.

Важно привить ребенку навыки самодисциплины, умение оценивать ситуацию и делать выбор, принимая ответственные решения.