**«Департамент образования Администрации города Сургут»**



**Советы психолога**

**ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**В ВОСПИТАНИИ УВЕРЕННОГО РЕБЕНКА**

1.     ПОДДЕРЖКА СЕМЬИ:

    Чаще обнимайте, целуйте ребенка, хвалите его. Не думайте, что ваш ребенок и без того знает, как вы его любите.

     Неправда, что с возрастом детям все меньше нравятся объятия родителей, однако уважайте дистанцию, которую устанавливает ребенок.

    Хотя бы раз в неделю посвятите вечер делу, в котором могут быть заняты все члены семьи. Подумайте и договоритесь, чем вы хотели бы заниматься вместе. Будьте готовы разделить с детьми их интерес.

    Поговорите с детьми о том, как сделать вашу квартиру более комфортабельной и приветливей для них и для их друзей, и предпримите шаги в этом направлении.

    Каждый день спрашивайте ребенка: «Как дела?» начните с простых вопросов: «Что было в школе?» сделайте такие разговоры привычкой.

    На самом деле слушайте ребенка. Пусть для детей станет очевидным тот факт, что вы цените их мнения, знания, уважайте чувства.

    Пусть ребенок самостоятельно делает то, что ему положено делать. Одновременно он должен чувствовать, что вы можете прийти на помощь.

    Некоторые дети очень подвижны. Не настаивайте на том, чтобы ребенок полностью успокоился и уселся до того, как вы будете с ним разговаривать.

    Если вы решили поговорить с ребенком, убедитесь, что для этого есть подходящее место. Это может быть любая комната, кухня. Главное, чтобы телевизор был выключен.

2.     ОБЩЕНИЕ С РЕБЕНКОМ:

     Будьте готовы поговорить с ребенком тогда, когда ему это необходимо.

    Регулярно спрашивайте ребенка о том, что он думает, во что верит, в чем убежден. Принимайте тот факт, что ваши убеждения и убеждения ребенка не всегда совпадают.

    Никогда не приклеивайте ярлыки к высказываниям ребенка:  глупости, ребячество, чепуха. Если хотите возразить, скажите лучше: «Сейчас ты в это веришь, но со временем, когда ты станешь старше…»

    Время от времени проводите с ребенком весь день вместе. Пойдите в парк, на природу. За этот день вы переговорите обо всем на свете.

    Чем меньше у вас запретных тем для разговоров с ребенком, тем больше он с вами будет делиться.

    Если вы чего-то не знаете и не можете ответить на вопрос ребенка, помогите ему докопаться до истины. Единственное, о чем вам не следует говорить с ребенком – об интимных подробностях вашей личной жизни.

    Ребенку важно видеть, что его родители помогают окружающим. Регулярно звоните вашим родителям, пусть он вместе с вами отнесет игрушки и книжки, «из которых он вырос», в детский дом.

3.     ЕДИНЫЕ ПРАВИЛА ВОСПИТАНИЯ:

    Договоритесь между собой с супругом/супругой, какого поведения вы ожидаете от ребенка. воспитывая ребенка, родителям следует придерживаться единых взглядов и не противоречить друг другу.

    Требуйте слепого подчинения, только когда речь идет о его безопасности.

    Поговорите с ребенком о ваших требованиях к его поведению и объясните, почему они важны для ребенка и для семьи. Пусть он для себя все четко прояснит. Часто оказывается, что ваши требования к ребенку  и требования ребенка к собственному поведению скорее похожи, чем разнятся.

    Регулярно пересматривайте семейные правила для подростов, они должны соответствовать их возрасту, уровню зрелости. Иными словами, степень свободы ребенка должна зависеть от степени его ответственности.

    Когда вы не уверены в том, что следует делать, посоветуйтесь с другими родителями, со школьным психологом или опытными учителями. Они могут дать вам полезный совет.

    Договоритесь с супругом/супругой о наказании, которое последует, если ребенок нарушит правила, установленные вами. Будьте готовы к тому, чтобы сдерживать свое слово.

    Рассматривайте дисциплину скорее как способ обучения ребенка, а не как форму наказания. Помните, что хорошая дисциплина  возникает на почве взаимного уважения и взаимопонимания, а не авторитаризма.

    Нельзя предъявлять дисциплинарные требования к ребенку, проявляя при этом злость и жестокость.

    Вдохновляйте ребенка на отличную учебу. Но не жите и не требуйте от него невероятных успехов. Допустите мысль о том, сто на ошибка учатся.

4.     ОБЩЕНИЕ С ДРУГИМИ ВЗРОСЛЫМИ:

    Предоставьте ребенку возможность иногда проводить время вместе с другими взрослыми: родственниками, учителями, соседями. Они могут положительно повлиять на ребенка.

    Иногда проводите отпуск вместе с другими семьями.

    Во многих школах есть психологи. Научите ребенка в случае нужды обращаться за помощью к профессионалам.

    Пусть дети участвуют в ваших разговорах с другими взрослыми, которые пришли в гости.

    Поощряйте звонки вашего ребенка взрослым, которым он доверяет, когда ему нужен совет.

    Если  у вашего ребенка есть увлечение, дайте ребенку возможность общения с вашим знакомым, у которого такое же хобби.

    Пусть дети участвуют в совместной со взрослыми работе.

5.     КОНТРОЛЬ СО СТОРОНЫ РОДИТЕЛЕЙ:

    Будьте в курсе того, кто из членов семьи куда и когда идет, что делает. Это помогает правильно строить общение.

    Когда вы куда-то уходите, скажите детям, куда вы идете и когда придете. Оставьте телефон, по которому вас можно найти. Это хороший пример ответственного поведения, которому ваш ребенок буде подражать в будущем.

    Когда дети одни дома, звоните и спрашивайте как дела.

    Узнайте, кто родители друзей вашего ребенка. Договоритесь с ними, что дети не останутся без присмотра в вашем или их доме.

    Сделайте все, чтобы ваш дом был приятным местом для друзей вашего ребенка.

6.     УЧАСТИЕ  РОДИТЕЛЕЙ В ЖИЗНИ ШКОЛЫ:

    Поговорите с каждым из школьных учителей вашего ребенка хотя бы раз в год.

    Регулярно спрашивайте ребенка о том, что он изучает в школе. Предложите помощь в выполнении домашних заданий.

    Если в школе родительское собрание, обязательно сходите.

    Принимайте участие в работе родительского комитета. Помогайте школе.

    Если вам что-то не нравится, поговорите с учителями, администрацией.

7.     ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ШКОЛЬНЫЙ КЛИМАТ:

    Спрашивайте ребенка о проблемах школьной жизни. Он дерется? Его обижают? В коридорах, столовой, туалетах он чувствует себя в безопасности?

    Если в школе по каким-то причинам небезопасно для ребенка, немедленно обращайтесь непосредственно к директору. В этом случае потребуйте письменного ответа на ваши вопросы.

    Чем больше вы интересуетесь жизнью школы, тем больше вы знаете, что там происходит. Ознакомьтесь с уставом школы и отслеживайте, не нарушаются ли права школьников и правила внутреннего распорядка.

8.     УМЕНИЕ ОТСТАИВАТЬ СВОЕ МНЕНИЕ:

    Учите ребенка различать агрессивное поведение, пассивное поведение, поведение уверенного в себе человека. Уверенное отстаивание своего мнения – положительное качество. Агрессивное поведение небезопасно. Пассивное поведение делает позицию человека легко уязвимой. Вместе с ребенком обсуждайте три вида поведения в разных ситуациях.

    Если ребенку трудно сформулировать свои убеждения, не навязывайте ему взамен собственные взгляды. Терпеливо ждите, что он в конце концов скажет. Не пугайтесь, если ваши мнения расходятся.

    Стремитесь научить ребенка придерживаться собственного мнения, личных убеждений, а не поступать как легче.

    Учите ребенка принимать решения:

* Анализировать проблему со всех сторон;
* Выдвигать разные варианты ее решения;
* Взвешивать все «за» и «против» каждого из вариантов решения;
* Аккуратно просчитывать возможные последствия того или иного решения;
* Выбирать что-то одно из нескольких возможных вариантов;
* До конца придерживайтесь принятого решения.

    Не бойтесь ошибок ребенка. Не ругайте его за неудачный выбор. Не защищайте его от последствий неправильного выбора.

9.     СТРЕМЛЕНИЕ К УСПЕХУ:

    Будьте для ребенка примером  человека, который постоянно учится.

    Учитесь вместе с детьми. Посещайте интересные места. Читайте книги ребенка, а затем обсуждайте их.

    Если ваш ребенок отказывается ходить в школу или посещает неохотно, попытайтесь выяснить, что случилось.

    Правильно оценивайте знания и достижения ребенка. Никогда не сравнивайте его с другими детьми в классе или детьми ваших знакомых и родственников.