

Советы родителям от социального педагога МАОУ «СОШ№61 Зайцевой Эльвиры Манавировны
Уважаемые родители !

Мой многолетний опыт как социального педагога, как родителя показывает, что нужно следовать этим советам и тогда ваш ребенок будет взрослеть, становиться сознательным, а в вашем доме воцариться любовь, понимание и согласие.

Ребенок чувствует себя дома в безопасности лишь тогда, когда ему психологически комфортно.

Поэтому:

- **избегайте скандалов и публичных ссор при ребенке**, так это может сформировать у него модель конфликтного поведения, которое он будет переносить на окружающих людей;
- **избегайте физического наказания**. Дети перестают доверять не только родителям, но и взрослым вообще, боятся рассказывать о своих проблемах и трудностях, лгут и выкручиваются, становятся замкнутыми, убегают из дома, ищут поддержки на стороне;
- **не используйте тактику устрашения**, она не учит действию, необходимому для достижения какой-либо цели. От вашей манеры общения зависит, будет ли ребенок уверенным или будет всего бояться, действовать хаотично;
- **не унижайте ребенка криком**, исключите из практики семейного воспитания «психологические пощечины»;
- **не оказывайте нажима на ребенка**, признайте его право самостоятельно принимать решения, уважайте его право на собственное мнение;
- **относитесь к ребенку как к равноправному партнеру**, который пока обладает меньшим жизненным опытом;
- **всегда находите время поговорить с ребёнком**, интересуйтесь его проблемами, вникайте в возникшие у него сложности, обсуждайте их, давайте советы;
- **при общении с ребёнком используйте фразы со словом «Я»** (Я думаю, по-моему, мнению, Я чувствую, Я очень расстроен...). Они способствуют большей честности и открытости в отношениях. Фразы: Ты поступил плохо, Ты не смеешь, Ты не должен, Ты виноват, Почему ты получил двойку, Если ты не сделаешь этого, то ты будешь наказан - действуют угрожающе, и загоняют ребенка в угол, ему нужно сразу оправдываться, обороняться и «наносить ответный удар»;
- **говорите и показывайте детям, что вы любите и цените их**. Подмечайте, когда они хорошо выполняют работу, поощряйте их. Показывайте им, что они достойны уважения;
- **адекватно оценивайте возможности своего ребенка**, не ставьте перед ним неосуществимых задач, невыполнение которых неизбежно приведет к заниженной самооценке;
 - **не сравнивайте ребенка с другими**, более успешными детьми.
 - **Сравнивайте с ним же, но менее успешным**, этим вы поднимете его самооценку;
- **осознайте, что взрослеющий подросток** не всегда адекватен в своих поступках в силу физиологических особенностей. Умейте прощать. Не ребенок плохой, а его поступок;
- **составьте вместе с ребенком режим дня**. Умеренная дозировка компьютерных игр и телевидения помогут ребенку рационально распределять нагрузку и отдых;
- **внимательно следите за тем, что смотрит ваш ребенок**. Переключите на другую программу или выключите телевизор, если считаете программу вредной и опасной для его психики.
- **следите за тем, как ваш ребенок питается до школы** и в школе. Большинство детей приходят в школу с пустым желудком, что также провоцирует агрессивное поведение;
- **не будьте равнодушными к проблемам ребенка в школе**, старайтесь посещать школу не только в то время, когда проводится родительское собрание, но и в течение четверти (особенно если Ваш ребенок учится нестабильно);
 - **во время посещения школы спокойно и тактично** разговаривайте с педагогами, постарайтесь выяснить причины проблем с точки зрения педагога и только потом высказывайте свое мнение. Обвиняя учителя во всех бедах своего ребенка, вы не поможете ему. Но, обращаясь за советом и помощью, вы расположите учителя к вам и составите совместный план действий на благо ребенка;
- **не обсуждайте при ребенке его товарищей**, учителей и знакомых. Старайтесь больше рассказывать ему о каждом из них что-нибудь хорошее, оправдывайте недостатки. Так вы научите ребенка быть душевным;
- **помогите ребенку стать добрым**. Положите ему в пенал лишнюю ручку, объясните – вдруг кто-то забудет, ты ему поможешь. Не говорите: «Не отдавай никому свой банан, а то останешься голодным».
Просто дайте ему ещё один – пусть поделится, или не давайте ничего;
- **берегите нервную систему ребенка**, она так уязвима! **Сбросив на него свои отрицательные эмоции**, вы успокаиваетесь. А ребенок в школе «разряжает» накопленные отрицательные заряды на других. Процесс обучения в таком состоянии не возможен.

Уважаемые родители выполняйте эти советы и тогда, по словам наших детей, учеников МАОУ «СОШ 61»: «школа это – практически второй дом, точка - получения знаний, там, где мы учимся, храм наук и знаний, в школе можно найти хороших лучших друзей на всю жизнь, школа - наш труд и труд учителей, мы проводим в школе самые счастливые годы, в школе стараемся узнать общество».

**Материал предоставила социальный педагог
МАОУ СОШ№61 Эльвира Манавировна Зайцева**