**9 главных правил воспитания детей**

*Консультация психолога для родителей*

Бизимова Л..В.

педагог-психолог

1. Личный пример

Важно помнить, что воспитывают не слова, а поступки, личный пример. Пожалуй, это то, с чего следует начинать. Ребенок подражает родителям с самого рождения. Может ли сын или дочь проявлять активность, если родители лежат на диване? Возможно ли заставить любить читать или заниматься творчеством? Многими вещами реально только заразить. Если родители деятельны, активны, им нравится жить, узнавать новое, ребенок это обязательно начнет чувствовать и перенимать. Если вы сами проявляете вежливость, тогда и малыш быстрее научится здороваться и уступать место в общественном транспорте. То, что вы говорите о политике, обстановке в стране, взаимоотношениях людей, обязательно будет впитано. Если родители постоянно ругают ситуацию, мало видят своей ответственности, то чего ждать от ребенка? Не надо себя в этом месте подтягивать до идеала. Родитель — это живой человек. Вы грустите, устаете, злитесь, переживаете, радуетесь, смеетесь, иногда ленитесь. Важно, конечно, помнить о личном примере, но и излишнее перенапряжение не принесет нужных результатов. Делайте то, что вы любите — гуляйте, ходите с ребенком в театр, рассказывайте истории из детства, читайте. Заражайте своим примером. Показывайте, как вы справляетесь с трудностями, решаете конфликтные и сложные ситуации. Одним слово, как вы живете.

2. Ответственность за физическую и эмоциональную безопасность ребенка

Взрослый в семьей главный, но он еще и тот, кто обеспечивает безопасность ребенка. Родитель — это защита, поддержка, помощь. Поэтому важно всегда быть на стороне ребенка, показывать, что ошибаться и падать не так страшно, когда рядом есть тот, кто поможет подняться.

3. Соблюдение иерархии в семье

Взрослые — большие, дети — маленькие. Иногда многие проблемы в семье происходят из-за нарушенной иерархии. Ребенку предоставляется слишком много ответственности и свободы не по возрасту. Тогда сложно оставаться маленьким и развиваться сообразно природе. Именно за родителями остается последнее слово. Конечно, важно давать ребенку свободу, прислушиваться к его мнению, спрашивать, что он любит есть, какую сказку хочет послушать, какую кофту надеть в сад или в школу. Но по важным вопросам решение принимают именно родители, потому что они взрослые. Они не разрушаются от агрессии ребенка, не делятся с ним своими трудностями. Да, мама может болеть и просить ребенка не мешать ей, но взрослый не ставит детей в позицию, когда без них не справиться. Родители опираются на своих друзей, близких, не на ребенка. Если мама начинает говорить: «не делай так, ты расстраиваешь мамочку», она перекладывает на ребенка ответственность за свои чувства. Взрослый может требовать должного поведения и отношения, но он помнит, кто здесь маленький.

4. Качественное времяпрепровождение с ребенком

Иногда так бывает, что родители не могут уделить ребенку должное внимание. Иногда на это есть объективные причины — мама растит ребенка одна, много работает, помощи мало. А бывают ситуации, когда родителям сложно находиться в живом контакте с детьми, поэтому они заменяют свое внимание и любовь подарками, игрушками, гаджетами. Именно в теплых человеческих отношениях ребенок учится взаимодействию с миром, здесь же рождается и самооценка. Мы всегда находим время для действительно важного в своей жизни. Пусть вы не проводите с ребенком целый день, но уделите ему 1-2 часа времени в сутках. Выслушайте, расскажите свои истории. Поиграйте или почитайте. Узнайте, чем он интересуется.

5. Уважение интересов ребенка

Иногда так случается, что родители обесценивают то, что нравится их детям: куклы, герои, игры, музыка, фильмы и даже иногда друзья. При этом мы хотим уважения к тем сферам, которые интересны нам. Поэтому самый верный способ — не полюбить, а попробовать интересоваться тем, что увлекает наших детей. Иногда так случается, что проявляя любопытство, родители больше понимают ребенка через его интересы.

6. Сосредоточенность на позитиве

Наверняка встречали на просторах Интернета информацию о том, как портит самооценку красная ручка, когда в тетради учитель выделяет 1 ошибку и не подчеркивает все остальное, написанное верно. Иногда родители так переживают за успешность и будущее ребенка, что начинают уделять слишком много внимания негативу и подчеркивать его. Поэтому важно выделять на похвалу гораздо больше времени и сил. Маленькие дети, которых постоянно ругают, начинают специально вести себя плохо, чтобы добиться от родителей внимания. А дети постарше переживают из-за низкой самооценки. Учитесь видеть сильные стороны вашего ребенка и смещать акцент именно на них. Часто ребенок и сам прекрасно знает о своих проблемах, зачем лишний раз напоминать о них? Дети заслуживают слышать добрые слова. Очень часто за проблемным поведением кроется история с чрезмерной критикой, которая поступает к ребенку от взрослых людей.

7. Предоставление свободы

Конечно, свобода должна быть сообразна возрасту ребенка. Малыш может выбрать, какой фрукт он хочет съесть, какую сказку слушать, школьник – какую форму надеть, какой кружок выбрать. Когда родитель слишком сильно опекает ребенка, он провоцирует протестное поведение.

8. Отказ от позиции «Ребенок — смысл жизни»

Это замечательно, когда родители сильно любят своих детей. Но только не в том случае, когда ребенок заполняет все пространство. Мама может говорить: «я родила для себя», «я все для тебя сделала», «я пожертвовала работой ради тебя», «ты смысл моей жизни». Это очень сложно для ребенка. В таком случае стать взрослым и уйти из родительского дома практически невозможно. Живите для себя, ребенок – это лишь часть жизни взрослого человека. Именно тогда все станет на свои места.

9. Общение

Как бы банально это ни звучало, но именно простое общение повышает доверие. Инициируйте общение. Расспрашивайте ребенка. Если он разговаривает неохотно, начните рассказывать сами. Дети в любом возрасте очень любят истории из детства их родителей. Что-то смешное, грустное. То, что будет отзываться. Не наседайте, дождитесь, когда сын или дочь сами захотят поведать о том, что было днем, что тревожит или радует. Не спешите давать оценок. Научитесь быть хорошим слушателем.

В любом случае помните, что правила – это лишь ориентиры, в которых разбираться только вам. Именно родители лучше всех знают своих детей, но могут не замечать важного. Прислушивайтесь к советам, соотносите их с реальной ситуацией. Заботьтесь о себе. Помните пример с кислородной маской? Важно думать о своих потребностях и помнить, что детям нужны рядом счастливые родители. Не относитесь к воспитанию излишне серьезно. Когда мы слишком много думаем и анализируем, тогда сложно видеть ребенка и чувствовать его. Ошибаться – это естественно. Не ошибаются только те, кто ничего не делает. Читайте книги, полезные статьи, но адаптируйте полученные знания под свою жизнь.

**Каждый родитель – пример для подражания**. Вы для него целый нерушимый мир, решения которого не должны подвергаться сомнению. И вот почему. Предположим, Вы сегодня запретили гулять малышу на детской площадке. А на следующий день Вы резко меняете свой запрет, ничем его не обосновав. Чадо может подумать, что Вами можно манипулировать – и своими криками или слезами может изменить решение родителя.

Помните, что важно придерживаться выбранной Вами линии, чтобы формировать авторитет мамы или папы в глазах маленького человека.
Рассмотрев, как воспитывать маленьких детей, школьников-подростков, узнав основные советы психолога, можно сделать вполне простой вывод: малыша достаточно любить, ценить, уважать, проводить с ним как можно больше времени.

Родительская усталость, взгляды на воспитание, а иногда и поведение ребёнка приводят к тому, что мама или папа часто раздражаются на чадо, срываются на крик, злятся. Конечно, родители при этом не перестают любить, но фактически дети чаще слышат негативные слова в свой адрес. Между тем, атмосфера спокойствия любви жизненно необходима ребёнку для развития и взросления. Только ощущая родительское принятие и любовь, ребёнок может крепко стоять на ногах и смело идти по жизни. Чтобы создать необходимую атмосферу для воспитания ребёнка, родителям часто приходится работать в первую очередь над собой. Это тяжелая работа, но ее плоды превзойдут все ожидания. Если вы уже встаёте на этот путь, советы, приведённые ниже, станут очень полезными.