Родителям.

## 0b54c9c1204b.png**Как эффективно воспитывать ребенка.**

1. Прибегайте к помощи юмора, но не для того, чтобы подразнить ребенка, а чтобы разрядить напряжение. Даже если вы подумаете о чем-нибудь забавном, не упоминая о нем вслух, это поможет вам расслабиться.

2. Не пытайтесь манипулировать ребенком, упрекая в том, что он ранит ваши чувства. Скажите, что его поступок "разочаровал" вас.

3. Если вы раздражены чем-либо, не имеющим отношения к вашему ребенку, объясните своему малышу, что у вас выдался тяжелый день. Малыши умеют быть чуткими.

4.  Не забывайте о физических упражнениях - хорошая форма важна для общего ощущения бодрости нас самих и наших детей.

5.  Не обсуждайте с другими людьми поведение своего ребенка так, как будто его нет рядом. Вы можете невольно спровоцировать вспышку непослушания. Относитесь к ребенку с уважением.

6. Не просите посторонних людей сделать замечание вашему ребенку и не ждите, что они сделают это сами. Дети чувствуют себя увереннее, если эту обязанность берут на себя родители.

7. Один из способов отказаться от разрушительной дисциплины - избегать возможных конфликтов, определите что влияет на непослушание ребенка и старайтесь устранять это или придумайте новый подход.

8.Как родители вы имеете право установить несколько обязательных правил.

9. Если ваш ребенок опрокинул тарелку с едой на себя, если вам не удается найти его последнюю пару носков и вы чувствуете, что у вас лопается терпение, помните: завтра наступит новый день. Никто из нас не совершенен.