**ЧТОБЫ РЕБЕНОК СЛУШАЛСЯ**

*Если Вы хотите добиться того, чтобы ребенок Вас слу­шался, нужно следить за тем, чтобы Ваше распоряжение удо­влетворяло следующим требованиям:*

* оно не должно отдаваться со злостью, с криком, с раз­дражением, но не должно быть похожим и на упрашивание;
* оно должно быть носильным для ребенка, не требовать от него слишком трудного напряжения;
* оно должно быть разумным, не должно противоречить здравому смыслу;
* если распоряжение отдано, то оно должно быть обяза­тельно выполнено;
* там, где Вы должны требовать, никаких теорий не надо раз­водить, а требовать и добиваться выполнения этих требований.



**ЕСЛИ РЕБЁНОК ПРОВИНИЛСЯ...**

* Не принимайтесь за воспитание в плохом настроении.
* Ясно определите, что Вы хотите от ребёнка и объясните ему это, а также узнайте, что он думает по этому поводу.
* Не показывайте готовых решений.
* Не унижайте ребенка словами типа: «А у тебя вообще голова на плечах есть?»
* Не угрожайте: «Если ты еще раз сделаешь - ты у меня получишь».
* Не вымогайте обещаний, для ребенка они ничего не зна­чат.
* Оценивайте поступок, а не личность: не — «Ты плохой», а — «Ты поступил плохо».
* Не наказывайте ребенка, когда он ест, перед сном и по­сле сна, во время игры, когда что-то не получается, когда бо­лен, сразу после душевной и физической травмы.
* Разговор о проступке ведите только наедине.
* Не ругайте ребенка при посторонних.
* Не пугайте ребенка Бабой-Ягой, милиционером, вол­ком.
* Не читайте нотаций.
* После замечания прикоснитесь к ребенку и дайте по­чувствовать, что Вы его по-прежнему любите, верите в него.

***Помните!***

Физические наказания запрещены по закону!!!



**КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ С ГИПЕРАКТИВНЫМ РЕБЕНКОМ**

— Продумайте режим дня до мелочей: подъем, прогулку, игру.

— Друзей у ребенка должно быть немного, и чтобы они не были такими же гиперактивными.

— Приобщайте к подвижным и спортивным играм. Ис­пользуйте тихие игры: лото, домино, мозаику, читайте сказки и рисуйте.

— Не давайте много игрушек для игры.

— Поощряйте любое старание ребенка.

— В комнате ребенка создайте теплую, комфортную об­становку, продумайте окраску стен и потолка, уберите лишние игрушки, используемые в подвижных играх.

— Максимально сократите просмотр телевизионных пере­дач, исключив фильмы ужасов и истории с насилием.

— Не приглашайте в дом большое количество гостей.

— Не посещайте вместе с ребенком шумные компании.

— Не выплескивайте отрицательные эмоции при ребенке, т.к. он вам подражает.

— Будьте последовательны в поощрениях и наказаниях.



**КАК ФОРМИРУЕТСЯ ЛИЧНОСТЬ?**

* Если ребёнка постоянно критикуют — он учится ненавидеть.
* Если ребёнок живёт во вражде — он учится агрессивности.
* Если ребёнка высмеивают — он становится замкнутым.
* Если ребёнок растёт в упрёках — он учится жить с чув­ством вины.
* Если ребёнок живёт в терпимости — он учится принимать других.
* Если ребёнка подбадривают — он учится верить в себя.
* Если ребёнка хвалят — он учится быть справедливым.
* Если ребёнок растёт в безопасности — он учится верить в людей.
* Если ребёнка поддерживают — он учится ценить себя.
* Если ребёнок растёт в атмосфере понимания и дружелю­бия — он учится находить любовь в этом мире.



**ПРОВЕРЬТЕ ОТНОШЕНИЕ РЕБЁНКА К ВАМ**

Нарисуйте стол, вокруг стола — в два раза больше стульев, чем членов семьи, таким образом, чтобы рядом с каждым из них стоял один свободный стул, а ещё два дополнительных сту­ла нарисуйте отдельно. Предложите ребёнку нарисовать себя самого там, где он хочет сидеть. Самые лучшие отношения у ребёнка с тем из вас, с кем он себя нарисует. Этот член семьи оказывает на его развитие наибольшее влияние. Если ребёнок нарисовал себя на одном из двух отдельно стоящих стульев, то взрослым нужно серьёзно задуматься: ваш ребёнок чувствует себя в семье эмоционально отчуждённым, ему не хватает ду­шевного тепла.



**РОДИТЕЛЬСКИЕ ЗАПОВЕДИ**

*Уважаемые родители! Вы, конечно, стремитесь к тому, чтобы у вас сложились до­брые отношения со своим ребенком, чтобы вы были для него примером и авторитетом, чтобы в вашей семье царили вза­имные любовь и уважение. Но ваши устремления достигнут цели, если Вы:*

* Знаете, что доверие — основное правило.
* Всегда своим детям говорите правду.
* Уважаете ребенка как личность, имеющую право на свою точку зрения.
* Советуетесь с малышом.
* Не обманываете ребенка.
* Учитесь правильно оценивать свои поступки и поступки детей.
* Не добиваетесь полного послушания с первого слова, даете возможность убедиться ребенку, в чем он прав или не прав.
* Постоянно читаете книги вслух своему ребенку.
* Не обсуждаете с другими людьми поведение своего ре­бенка так, будто его нет рядом.
* Знаете друзей своего ребенка и приглашаете их в дом.
* Вечером всей семьей обсуждаете, как прошел день.



**ВЕЧЕР В СЕМЬЕ**

* Острые этические разговоры не переносите на позднее время.
* Не давайте ребенку перед сном кофе, крепкий чай и острые блюда.
* Укладывайте ребенка в одно и то же время, не позже 21 часа.
* Не рассказывайте детям перед сном страшных историй, не смотрите остросюжетные фильмы.
* Не выясняйте отношения между собой при детях.
* Не допускайте перевозбуждения ребенка (шумные спортивные игры, требующие нагрузок).
* Совершайте прогулки на свежем воздухе, разговаривая о дне прошедшем, завтрашнем.
* Сочиняйте и рассказывайте ребенку перед сном сказки о том, какой он умный, добрый, храбрый, вежливый.

