# Советы родителям

Каждый ребенок — отличник или двоечник, подвижный или медли­тельный, атлет или рохля — заслуживает любви и уважения: ценность в нём самом.

Помните, что ребенок не состоит из недостатков, слабостей, неуспехов. Достоинства у ребенка есть, их надо увидеть.

Не скупитесь на похвалу. Хвалить надо исполнителя, а критиковать исполнение.

Всякое повышение требований надо начинать с похвалы, даже авансом.

Ставьте перед ребенком достижимые цели.

Вместо приказаний просить совета или помощи, как у равного и старшего. При необходимости наказания помните, что не стоит наказывать за одни и те же ошибки. Ребенок должен понимать, за что и почему его наказывают.

Надо убедить себя, что в большинстве случаев замечания, одергивание и любые требования просто не нужны.

*Научитесь слушать и слышать ребенка*

Обязательно  находите  несколько минут, чтобы  поговорить с ребёнком о  прошедшем дне.  Делайте  это во время подготовки  к ужину, уборки  со стола, перед сном. Атмосфера  беседы  должна располагать  к откровенности, чтобы ребёнок  смог поделиться  своими  секретами или  задать  вопросы.

Терпеливо выслушайте ребёнка! Избегайте сразу давать  советы! Дайте возможность  выговориться. Если же вы хотите высказаться, сделайте это чуть позже, дайте себе время подумать, а ребёнку изложить события так, как он хочет. Случается так, что  неуместный, не  вовремя  данный   совет  или критическое замечание  раздражают ребёнка (не по существу,  а  потому что его перебивают). Не перебивайте ребёнка!

Взрослый человек умеет делать  несколько дел сразу. Мама может готовить ужин, смотреть  телевизор и одновременно  разговаривать по телефону. Ребёнок не может. Воздержитесь от поучений!

Часто родители  превращают  диалог  с ребёнком в монолог-поучение. Это настолько же опасно, насколько  и бесполезно. Опасно потому,  что  подросток  вряд ли хочет слушать о том, что не прав, - ведь начиная рассказ, он хотел быть  услышанным. Ему обидно и  кажется, что вы не хотите понимать и слушать его. Бесполезно потому, что обида  и  раздражение   мешают  ребёнку  вникнуть в суть  ваших высказываний. В таких  случаях он либо сердится и грубит, либо замыкается,  молчит и уходит в себя.

Если вы воздержитесь от  поучений, выслушайте ребёнка, а затем решите, что ситуация действительно требует вашего вмешательства, сделайте это позже, когда улягутся  эмоции и ваши, и  вашего ребёнка.

Если  вы найдёте возможность  выслушивать  ребёнка  в юном возрасте, то у вас  будет шанс  поддерживать  с ним доверительное отношения и тогда, когда он станет взрослее.  Тогда у вашего сына/дочери всегда будет шанс  получить поддержку от самых  близких людей.

Научитесь хвалить и благодарить  друг друга! Что такое благодарность? С одной сторон, это ритуал, принятый в человеческом обществе, с другой – чувство благодарности, которое мы испытываем  к человеку, сделавшему    нам что – то  хорошее. Что же важнее: быть  благодарным или благодарить? Важно и  то и другое. Человек, произносящий  слова благодарности, испытывает радость от того, что  ему улыбнулись в ответ, от того, что он порадовал  кого–то выражением своей  признательности. Человек, которому  адресованы слова благодарности, радуется потому, что  понимает, его труд оценён, о нём не забыли, ему признательны. Но всегда ли  просто  произнести  это волшебное слово «спасибо». Оказывается,  нет, это не просто.

Есть семьи, где  слова благодарность  в повседневной жизни  не  используются. Только в  особых случаях, когда в доме гости или праздник. Такая благодарность «по случаю» неестественна. Каждый наблюдал, как  в транспорте, в магазине  мама напоминает  ребёнку: «Скажите спасибо» или «что надо сказать?» Ничего удивительного в таком напоминании нет, если ребёнку  2-3 года. Но если напоминание адресовано 11–летнему - это выглядит нелепо. Подросток стесняется, краснеет и злится. Ни о каком чувстве  благодарности речи быть не может. Одна только неловкость и досада. Что делать? Главное – принять и запомнить несколько правил:

· Все перемены начинайте с себя. Начинайте делать для других то, что хотите  получить от них.

· Не бойтесь  просить, чтобы вас поблагодарили, скажите, как вам хочется услышать добрые слова о том, как хорошо вы  что-то сделали. Поймите и примите как факт, что для вас  важно и  необходимо.

· Будьте  настойчивы и последовательны в своём стремлении к цели.

· Не бойтесь  избаловать словами благодарности  и восхищения.

· Не огорчайтесь, если стиль общения в семье не будет меняться так быстро, как вам хотелось бы.