**ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ**

**от ребёнка**

***Мои поступки – не смертельный грех!***

 ***НЕ балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что необязательно предоставлять мне всё, что я прошу. Я просто испытываю вас!***

 ***НЕ бойтесь быть тверды­ми со мной. Я предпочитаю именно такой подход.***

***НЕ полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой.***

***НЕ будьте непоследова­тельными. Это сбивает меня с толку и заставляет упор­но пытаться во всех случаях оставлять последнее слово за собой.***

 ***НЕ давайте обе­щаний, которых вы не можете выполнить. Это подрывает мою веру в вас!***

***НЕ заставляйте меня чувствовать себя младше, чем есть на самом деле.***

***НЕ делайте для меня и за меня того, что я в состоянии сделать сам.***

**10 советов отцам и матерям**

*( Из книги французского писателя Эрее Базена «Во что я верю»)*

***1. Принимайте ребёнка таким, каков он есть.***

***2. Никогда не приказывайте из прихоти. Не надо цельных приказаний.***

***Не вмешиваться в жизнь ребёнка столь же опасно, как и вмешиваться непрестанно.***

***3. Никогда не принимайте решения в одиночку. Золотое правило семейной жизни – диархия. Когда отец и мать противоречат друг другу – для ребёнка это занимательное зрелище.***

***4. Сохраняйте доверие к тому, кто будет вам противоречить.***

***5. По части подарков – никаких излишеств. Мы разучились отказывать детям. Отказ приносит больше пользы, ибо учит отличать необходимое от излишнего.***

***6. Во всем действуйте собственным примером. Добиваться можно лишь того, что делаешь сам.***

***7. Говорите обо всём без боязни. Речь – золото, а молчание – свинец.***

***8. Объединяйтесь со своими. Семья – это частная республика. Всё должно делаться сообща: домашние поделки, мытьё посуды, покупки, уборка, выбор развлечений, маршрутов поездок.***

***9. Держите дверь открытой. Рано или поздно вы не удержите детей, подростков, молодежь в доме. Никогда не рано учиться свободе.***

***10. Устранитесь в положенное время! Эта заповедь неизменно навевает грусть. Рано или поздно родители останутся в одиночестве. Ничего не поделаешь: любая родительская карьера предполагает эту жертву.***

**Когда ни в коем случае**

**нельзя наказывать и ругать детей.**

***› Когда ребёнок болен, плохо себя чувствует или ещё не оправился после болезни. В этот период психика ребёнка очень уязвима, последствия не предсказуемы.***

***› Когда ребёнок ест, во время игры или труда.***

***› Сразу после того как ребёнок получил физическую или душевную травму. Например, упал, подрался, потерпел неудачу, даже если сам виноват.***

***› Когда ребёнок стремится, но не может преодолеть страх, невнимательность и т.п.***

***› Когда он кажется вам неспособным, неповоротливым, бестолковым.***

***› Когда ребёнок подвижен, что нервирует Вас.***

***› Когда Вы в плохом настроении или очень сердиты. Когда Вы утомились, чем-то раздражены. Гнев, который Вы в таком случае обрушиваете на детей, всегда чрезмерен и несправедлив. Согласитесь, что в подобных обстоятельствах мы просто срываемся на детях.***

**Уважаемые родители!!!**

***1. Почаще улыбайтесь! Даже тогда, когда не хочется. Дети не должны нас видеть злыми и мрачными, без улыбки, обращённой к ним.***

***2. Дорожите каждой минутой, прожитой вместе с ребёнком! Смотрите, слушайте, изучайте его, «пропитывайтесь им», узнавайте его. Почаще смотрите на своих детей, когда они спят.***

***3. Чаще смотрите в глаза ребёнку и почаще хвалите ребёнка: «ты красивый, молодец, умница, хороший».***

***4.Не воюйте с детьми. Умейте прощать детей и просить у них прощения. Первыми идите на примирение.***

***5. Почаще говорите слово «можно». На ваших глазах, с вашей помощью, чтобы всё это было можно, зачем что-то делать исподтишка и оглядываясь, если можно открыто и честно.***

***6.Иногда (редко) балуйте своего ребёнка.***

***7. Не торопите своих детей расти.***

***8. Относитесь к ребёнку как к равному себе, уважайте его побуждения – дети имеют право быть такими, какие они есть.***

***9. Доверяйте своему ребёнку.***

***10. Не выясняйте своих отношений при ребёнке.***

***11.Нравственная чистота перекликается с чистотой комнаты, где живёт ребёнок.***

***12.Приказать можно не только с помощью палки, но и просьбой, и ласковым взглядом.***

 ***Самое главное: Ваше собственное поведение остаётся самым мощным способом воздействия на ребёнка – будет во всём примером! Семейного Вам счастья.***

**Памятка родителям замкнутых детей**

***¯ Расширяйте круг общения вашего ребёнка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми.***

***¯ Подчёркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребёнку, что нового и интересного вы узнали, а также, какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком.***

***¯ Стремитесь сами стать для ребёнка примером эффективнообщающегося человека.***

***¯ Если вы заметите, что, несмотря на ваши усилия, ребёнок становится всё более замкнутым и отстранённым, обратитесь за консультацией к психологу, который профессионально поможет вам решить эту проблему.***

**Памятка родителям застенчивых детей**

* ***Расширяйте круг знакомств своего ребёнка, чаще приглашайте к себе друзей, берите его в гости к знакомым людям, расширяйте маршруты прогулок, учите ребёнка спокойно относиться к новым местам.***
* ***Не стоит постоянно беспокоиться за ребёнка, стремиться полностью оберегать его от всевозможных опасностей, в основном придуманных вами, не старайтесь сами сделать всё за ребёнка, предупредить любые затруднения, дайте ему определённую меру свободы и открытых действий.***
* ***Постоянно укрепляйте у ребёнка уверенность в себе, в собственных силах.***
* ***Привлекайте ребёнка к выполнению различных поручений, связанных с общением, создавайте ситуации, в которых застенчивому ребёнку пришлось бы вступать в контакт с «чужими» взрослыми. Например: «Надо узнать, про что эта интересная книга с замечательными картинками. Давайте спросим библиотекаря или продавца и попросим дать нам её посмотреть.» Обычно в такой ситуации «вынужденного» общения, например, на приёме у врача, в детской библиотеке, в гостях у соседки, ребёнок сначала скован настолько, что здоровается только шёпотом, отводя глаза, и не отрываясь от руки матери. Зато, уходя, прощается громко и отчётливо, иногда даже улыбается.***

**Памятка родителям беспокойных детей**

* ***Избегайте крайностей: нельзя позволять ребёнку делать всё, что ему заблагорассудится, но нельзя и всё запрещать, чётко решите для себя, что можно и что нельзя, и согласуйте это со всеми членами семьи.***
* ***Своим поведением показывайте ребёнку пример: сдерживайте свои эмоции, ведь он подражает вам в своём поведении.***
* ***Уделяйте ребёнку достаточно внимания, пусть он никогда не чувствует себя забытым, но в то же время объясните ребёнку, что бывают моменты, когда у вас есть другие заботы, надо это понять и принять.***
* ***Помните, что истерические приступы чаще всего связаны со стремлением, обратить на себя внимание или вызвать жалость и сочувствие. Не надо потакать ребёнку, не надо изменять своих требований, лучше, когда ребёнок успокоится, объяснить ему, почему вы поступили так, а не иначе.***