***Воспитание детей – процесс непростой. И универсального рецепта здесь нет. И все же существуют действия, которые являются неотъемлемой частью этого процесса. Мы собрали рекомендации опытных семейных психологов, которые помогут вам стать первоклассными родителями. Итак, что делают хорошие родители?***

***1 - это любовь и принятие ребенка*** таким, какой он есть, независимо от его успешности, особенностей, соответствия нашим ожиданиям и представлениям о том, «каким я хочу видеть своего сына или дочь». Только родители способны любить ребенка независимо от того, худой он или толстый, интеллектуально одаренный или тугодум, гиперактивный или неторопливый, красивый или не очень.

***2 - это помощь в понимании мира.*** Здесь задача родителей — объяснить, «что такое хорошо и что такое плохо». Родители именно те люди, которые первыми начинают показывать ребенку нормы и границы дозволенного и запретного, приемлемого и недопустимого. Ребенок, которому неизвестны правила и нормы, теряется от неопределенности, чувствует себя брошенным, не ощущает комфорта и безопасности, ну а далее сам начинает устанавливать грань допустимого и дозволенного. Чаще всего это приводит к нарушениям поведения, сложностям в принятии любых рамок, правил и стандартов.

***3 -это последовательность и согласованность*** в действиях, запретах и разрешениях, поощрениях и наказаниях. Беда, если наше настроение влияет на то, что сегодня мы разрешили ребенку что-либо, что вчера запретили, потому что изменилось наше настроение. Вторая беда связана с несогласованностью слов и действий взрослых, с которыми общается ребенок. Разногласия взрослых по поводу воспитания ребенка — явление распространенное, но стоит помнить, что ребенок не должен знать об этих разногласиях.

***4 - умение слышать и понимать ребенка.*** Помните, что ребенок совсем не обязан быть таким, каким вы его хотите видеть. Он должен вырасти самим собой. Уравновешенность придет с годами, память и внимание можно развить, социальным навыкам научиться, но сбои в эмоциональной сфере, основой которых зачастую является неприятие родителями тех или иных черт сына или дочери, неадекватные реакции на поведение ребенка корректируются очень сложно, оказывая влияние на жизнь ребенка в самых разных сферах.

***5 - Расти вместе с ребенком*** и знать, когда отпустить, предоставляя ему столько свободы и заботы, сколько необходимо в тот или иной период развития, не проживая жизнь ребенка вместо него и не вторгаясь в то жизненное пространство, на котором он должен научиться сам решать задачи и удовлетворять свои потребности. Нелегко смотреть на то, как наши дети ошибаются и делают что-то не так быстро/часто/тщательно, как нам того хотелось бы. Но это единственный способ научить их уверенности в себе – именно это и должно стать вашей целью.

***6 – Иметь крепкий брак***. Отношения между родителями очень сильно влияют на детское мировосприятие. Взрослые, которые смогли построить крепкий брак, являются более ответственными родителями. Они более терпеливы и внимательны к нуждам детей. А родители в несчастливых семьях чаще всего непоследовательны и чересчур требовательны. Не сумев преодолеть собственные проблемы, родители нередко теряются во взаимоотношениях с детьми. Наблюдая за счастливым браком родителей, малыш получает первые уроки взаимоотношений между людьми. Ребенок понимает, что взрослые преодолевают трудности сообща и узнает, что именно так должны решаться конфликты – компромиссами и уступками.

***7 - Находить время для веселья.*** Хорошие родители – не всегда строги и серьезны. Находите время для совместных игр и веселого времяпровождения. Это не означает, что надо бросить все дела и развлекать чадо круглые сутки. Но вы должны разделять с ребенком удовольствие от игр и по возможности подключаться к ним.

***8 - Уметь сказать «нет».*** Многие взрослые не в состоянии быть жесткими со своими детьми – отсюда и избалованность, непонятные истерики и капризы. Такие родители не могут установить правила – они угрожают, говорят о последствиях действий ребенка, но в итоге ничего не делают. «Никакого телевизора целую неделю!» - говорит мама сыну днем, а вечером тот уже смотрит мультик. Когда дети маленькие, им нужны рамки и если быть слишком мягкими, ребенок просто перестанет слушаться. Соблюдать баланс между поддержкой, мягкостью и четкими правилами поведения.

***9 – Уметь проявлять свою любовь***. К счастью, природа запрограммировала нас, чтобы любить своих детей больше жизни. Тискать младенца, целовать малыша и ободряюще улыбаться подростку – это все способы сказать «Я люблю тебя». Мы показываем свою любовь и другим способом – пониманием того, что нужно ребенку в каждый промежуток его жизни, и обеспечивая его этим. Для грудничка – это безопасность, для малыша – поощрение, для школьника – пример, а для подростка – рассудительный совет. Но самое большое проявление любви – это присутствие в жизни ребенка, со всеми играми, объяснениями, заботой и даже выяснением отношений. Все это формирует крепкие семейные ритуалы и связи. Ничто не заменит ребенку присутствия родителей в его жизни.

***10 - Являться ролевой моделью для ребенка.*** Каждый родитель хочет вырастить ответственного, умного, доброго и умеющего сострадать человека. Но привить моральные ценности – не то же самое, что учить игре в футбол, таблице умножения и рисованию. Лишь одна вещь действует на все сто процентов – если вы показываете ему пример. Если вы всегда щедры и милосердны, ваш малыш обязательно вырастет с пониманием, что с людьми надо делиться и заботиться о них. Ценности прививаются не учебниками. Дети усваивают их задолго до того, как имеют возможность читать, посредством обычного общения в течение дня.

***Ребенок учится тому, что видит у себя в дому:***

***Родители пример ему.***

***Кто при жене и детях груб,***

***Кому язык распутства люб,***

***Пусть помнит, что с лихвой получит***

***От них все то, чему их учит…***

***Коль видят нас и слышат дети,***

***Мы за дела свои в ответе***

***И за слова: легко толкнуть***

***Детей на нехороший путь.***

***Держи в приличии свой дом,***

***Чтобы не каяться потом.***

***Себастьян Брант***

***Психологическая служба просвещения***

***МАДОУ №1***

**Портрет**



**идеального родителя**

***Ребенок больше всего нуждается***

***в вашей любви как раз тогда,***

***когда он меньше всего***

***ее заслуживает.***

***Э. Бомбек***