**Золотые правила для доброй семейной атмосферы**

Взрослым хочется простых и понятных рекомендаций, как сделать общение с детьми и воспитание приятным. Такие правила существуют!

 Существуют две крайности в воспитании детей. Первая – когда с самого рождения с ребёнком начинают сюсюкать и продолжают это делать до его совершеннолетия и позже. Таким образом, родители укрепляют его в мысли, что он маленький и его надо защищать и спасать. Вторая крайность – отношение к малышу, как к равному. Иногда у годовалого ребёнка спрашивают: «Что мы сегодня на ужин будем готовить – курицу или мясо?» Родители задают ребёнку вопросы, на которые он вообще ответить не может. Таким образом, они перекладывают на него взрослые решения. Пользы для ребёнка в этом нет никакой, ведь ему важно, что мама с папой сами всё знают. Должна быть золотая середина между двумя этими крайностями: ребёнок – значимый член семьи, но он не вечный малыш.

Родители вынуждены много работать и не могут уделять достаточно внимания своим детям. Если пока не получится изменить режим работы, то стоит найти хотя бы полчаса времени в день для ваших детей. Это поможет им чувствовать родительскую заботу и любовь. Важны телефонные звонки, смс и живое общение.

**Правило первое.** Минимум полчаса в день живого общения – это то время, которого будет достаточно, чтобы ребёнок чувствовал ваше присутствие и поддержку.

Если в семье несколько детей, то эти полчаса должны отводиться на каждого ребёнка и от каждого из родителей, то есть полчаса от мамы, полчаса от папы.

Малыш должен знать, что у него есть родительское время. Если, например, в это время родители разговаривают с ребёнком по телефону, то лучше спрашивать о событиях, переживаниях и желаниях ребёнка. Можно рассказать какие-то истории или сказки, т.е. посвящать общение только интересам детей.

**Правило второе.** Общение с детьми строится на языке, понятном им. Любой разговор, требование похвала или объяснение должны быть понятны ребёнку. Пользуйтесь короткими предложениями и понятными фразами. Если малыш убирает комнату, то просто скажите: «Возьми этого мишку и положи в ящик», «Убери книги на полку». Когда вы хвалите ребёнка, объясните ему, за что вы его хвалите, например: «Ты молодец, потому что красиво нарисовал цветок». Ребёнку нужно понимать те объяснения, которые дают родители.

**Правило третье.** Общение с ребёнком должно быть спокойным, основанным на похвале и одобрении. Наказаний должно быть значительно меньше, чем одобрений и похвал, если родители хотят вырастить полноценного, счастливого и жизнерадостного человека. Если наказаний будет много, то велика вероятность вырастить, зависимого и во всем сомневающегося взрослого.

**Четвёртое правило.** Если ваш ребёнок сделал или сказал что-то плохое, но произошло это впервые, то по возможности проигнорируйте это. Вероятно, что поступок или слова больше не повторятся. Бывает , что ро дители сильно уделяют внимание недоразумениям и придают им большое значение. Таким образом, неприятное событие может быть зафиксировано в поведении ребёнка. Осторожно относитесь к первым проявлениям нежелательного поведения детей. Лучше спокойно объяснить, в чём ребёнок был не прав или вообще не обратить на это внимание.

**Пятое правило.** Дети воспитываются на примере поступков своих родителей. Слова играют малую роль. Дети считают поступки, эмоции, реакции родителей. Часто взрослые говорят одно, а поступают по-другому. Если сказать ребёнку, как надо себя вести, правильными и красивыми словами, то это совсем не значит, что он будет делать именно так. Ребёнок впитывает то, что он видит в семье. Взрослые часто говорят одно, а делают совсем другое. Например, вы кому-то сказали, что ваша двоюродная сестра объедается конфетами и она вообще очень толстая. Но когда она приходит к вам в гости, вы говорите ей: «Съешь ещё конфетку, попробуй пирожок». Не удивляйтесь, что ваш ребёнок запросто может сказать за столом. «Да она же и так толстая, куда ей ещё есть?» Возможно, вы накажете его за грубость, но, по существу, он лишь поддержал вашу точку зрения. Поэтому надо обдумать, что и как говорить при ребёнке. Взрослые действительно не могут всегда быть правдивыми во всех ситуациях. Чтобы ваши детки не попадали в неоднозначные ситуации, постарайтесь сами не давать двойственных посланий ребёнку. Старайтесь, чтобы ваши слова не расходились с делом.

**Поведение родителей их поступки являются руководством для детей, как им самим надо поступать.**

**Шестое правило.** Родители, чтобы привить ребёнку желание учиться, занимайтесь с ним, играя. Обучение должно соответствовать возрасту ребёнка, он может сильно уставать от занятий. Если малыш будет перегружаться, то у него пролпадёт интерес к процессу обучения. Важно не переусердствовать. Не надо заставлять ребёнка читать в три с половиной года, ведь это не соответствует физиологическим и возрастным нормам развития. Есть риск, что в дальнейшем это занятие для него будет крайне не приятным и он будет всячески избегать его. Пусть ребёнок начнёт читать в пять-шесть лет, перед школой, и такая практика будет вполне оправданной. Стремление детей нужно поддерживать, интересоваться результатами, поддерживать интерес и хвалить за успехи.

**Седьмое правило.** Будьте искренни с ребёнком. Ребёнок считывает родительские эмоции и чувства и доверяет им, а не словам. Если родители неискренни, дети чувствуют, что их обманывают, Похвала ребёнку должна быть естественной и честной: малышу необходимо понимать, за что его хвалят. Двойные послания, когда чувства и слова расходятся, плохо сказываются на понимании ребёнком того, что на самом деле происходит. Например, ваш ребёнок построил замок из кубиков. Ему хочется, чтобы вы его хвалили. При этом вы равнодушным голосом, даже не взглянув на замок, говорите: «Да-да, хорошо получилось». Ребёнок чувствует равнодушие, ему сложно понять, как на самом деле вы оценили его труд. Двойные послания могут создать проблемы в будущем. У ребёнка не сложится адекватная самооценка о себе самом, а это момент вызвать затруднения в общении с другими детьми. Он не будет понимать, что ему принимать за истину – эмоции или слова и будет постоянно сомневаться в себе и окружающих.

**Восьмое правило.** Для будущей уверенности вашего ребёнка надо, чтобы понимающий и любящий взрослый всегда был рядом, но на шаг позади.

Важно, чтобы взрослые разрешали ребёнку проявлять самостоятельность, страхуя и присматривая за ним. Многие родители, покупая новые игры, сразу показывают, как в них надо играть, не давая ребёнку время самому разобраться и подумать. Подождите, дайте ему время. Если ребёнок попросит вас о помощи – помогите.

**Создайте ребёнку поле для творчества и экспериментов. Дайте ему проявить самостоятельность.**

**Правило девятое.** Воспринимайте ребёнка как личность и проявляйте уважение к его действиям и желаниям. Родители предлагают детям новые продукты, объясняя, как они полезны и вкусны. Иногда родители считают, что ребёнок – это их создание, эксперимент, игрушка, собственность. Но ребёнок всю жизнь стремиться к отделению от родителей.

Даже маленький кроха имеет право сказать, что он любит, а что – нет. Необязательно детям понравятся все продукты, и они станут, есть их.

Иногда родителям кажется, что их ребёнок, фантазирует, говорит неправду, и многим хочется вывести его на чистую воду. Не будьте так строги, дайте ребёнку пофантазировать, что-то приукрасить. Фантазия развивает воображение. Для ребёнка это естественный процесс, который развивает его самостоятельность. Нужно больше доверять маленькому ребёнку и быть тактичным с ним. Даже маленькому важно, чтобы с ним общались уважительно.

**Родители (законные представители) поощряйте проявление самостоятельности ваших детей.**

**Правило десятое.** Родители должны быть готовы к возрастным изменениям ребёнка.

Возрастные кризисы важный этап развития детей. Все слышали о подростковом кризисе, но при этом мало знают о кризисах в год, три и семь лет. Каждый раз взрослые с удивлением осознают, что их малыш уже в кризисе. Можно легко пережить трудности и возрастные изменения, если владеть необходимой информацией.

**Правило одиннадцатое.** Формируйте доверие в общении с детьми с момента их рождения.

Хорошо, когда между родителями и детьми доверительные отношения. Они складываются, если интерес родителей к тому, что происходит с ребёнком искренний и постоянный. Важно и сколько времени выделяют родители на общение с ребёнком. Не стоит надеяться, что ребёнок в подростковом возрасте начнёт с вами откровенничать, если искренности в отношениях не было, когда он был маленьким. Чтобы подростковый кризис прошёл мягко, готовьтесь к нему с рождения ребёнка.

**11 золотых правил помогут родителям создать доверительную, тёплую семейную атмосферу, и дадут им уверенность что, они справятся с воспитанием детей.**