**Памятка**

Десять заповедей для родителей

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.

2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот— третьему, и это необратимый закон благодарности.

3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.

4. Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и, будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.

5. Не унижай!

6. Не забывай, что самые важные встречи человека — это его встречи с детьми. Обращай больше внимания на них — мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребенке.

7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучь, если можешь — но не делаешь. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.

8. Ребенок — это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нем творческого огня. Это раскрепощенная любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой» ребенок, но душа, данная на хранение.

9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.

10. Люби своего ребенка любым — неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним — радуйся, потому что ребенок — это праздник, который пока с тобой.

**Предупреждение детско-родительских конфликтов**

Для конструктивного поведения родителей в конфликтах с детьми следует придерживаться следующих правил:

 •Всегда помнить об индивидуальности ребенка.

•Учитывать, что каждая новая ситуация требует нового решения.

•Стараться понять требования маленького ребенка.

•Помнить, что для перемен нужно время.

•Противоречия воспринимать как факторы нормального развития.

•Проявлять постоянство по отношению к ребенку.

•Чаще предлагать выбор из нескольких альтернатив.

•Одобрять разные варианты конструктивного поведения.

•Совместно искать выход путем перемены в ситуации.

•Уменьшать число «нельзя» и увеличивать число «можно».

•Ограниченно применять наказания, соблюдая при этом справедливость и необходимость их использования.

•Дать ребенку возможность почувствовать неизбежность негативных последствий его проступков.

•Расширять диапазон моральных, а не материальных поощрений.

•Использовать положительный пример других детей и родителей.

•Учитывать легкость переключения внимания у маленьких детей.

•Таким образом, для предупреждения и разрешения детско-родительских конфликтов можно предложить следующие рекомендации:

•исключайте столкновения родителей и детей, так как они могут стать основой для разрушения хороших отношений;

делайте все от вас зависящее, чтобы быть добрым к ребенку и в то же время проявлять оправданную твердость;

•научите ребенка справляться со своим гневом;

•применяйте все способы выражения любви к ребенку: контакт глаз, физический контакт, пристальное внимание и дисциплина;

•предупреждайте конфликты при помощи понимания, прощения и способности уступать;

•основным методом общения с ребенком должна быть безусловная любовь;

•эффективно используйте стили поведения в конфликтной ситуации, учитывая конкретные обстоятельства.

Памятка

(родительские роли)

Дорогие родители! Быть  родителем – это большая и многосторонняя задача. Роль родителя  - это роль человека на всю жизнь. Роль родителя всегда развивается вместе с ребёнком. Умение быть родителем рождается во взаимодействии с ребёнком. Карта ролей родителя это способ анализа разнообразных ролей родителей. Она помогает представить наглядно совокупность всех тех ролей, знаний и навыков будничной жизни, которым при необходимости может научиться каждый родитель. Карта родителей разработана, чтобы определить содержание ролей родителей с учётом нужд ребёнка, независимо от его возраста

**Родитель – воспитатель.** Воспитатель – это очень важная роль в поддержании будничной и нормальной семейной жизни, а также в формировании у ребёнка разнообразных умений и навыков. С точки зрения ребёнка роль воспитателя считается жизненно важной. Многие из добавочных ролей воспитателя имеют прямую связь с ролями «устанавливающий пределы» и «учитель жизни».

**Родитель –  « кормилец»:**

- обеспечивает регулярность питания;

- обеспечивает разнообразным и здоровым  питанием;

- при необходимости ограничивает ребёнка в потреблении сладостей;

- прививает ребёнку понятие вкуса;

- приобретает и готовит вместе с ребёнком пищу;

- побуждает ребёнка к приготовлению пищи.

**Родитель – «обеспечивающий одеждой»:**

- заботится о том, чтобы у ребёнка была сухая и чистая одежда;

- одевает ребёнка с учётом климатических условий;

- обучает ребёнка следить за одеждой;

- уважает стиль и вкус у приобретающего самостоятельность подростка.

**Родитель – «воодушевляющий»:**

- способствует развитию слуховых и зрительных навыков ребёнка;

-даёт ребёнку игрушки. Книги, учит слушать музыку, предоставляет возможность пережить другие впечатления;

- поощряет ребёнка в увлечениях и, по возможности, оказывает конкретную помощь, например, сопровождая его на праздники, занятия и т.д.

**Роль родитель -  «защитник отдыха (сна)»:**

- обеспечивает ребёнка достаточным количеством сна;

- обеспечивает ребёнка  спокойным и безопасным местом для сна;

**Роль родитель -  «расходующий деньги»:**

- удовлетворяет основные нужды ребёнка;

-зарабатывает достаточную сумму денег, необходимую для приобретения пищи и одежды для ребёнка;

- объясняет ребёнку ценность денег и учит рациональной их трате;

-создаёт систему, в рамках которой в семье дают ребёнку деньги. Например: на карманные расходы, в качестве вознаграждения или по мере необходимости.

**Родитель – «следящий за чистотой»:**

- заботится о гигиене ребёнка;

- обучает ребёнка самостоятельно заботиться о личной гигиене.

**Родитель – «поддерживающий порядок»:**

- запрещает сорить на улице и в общественных местах;

- следит за чистотой в доме,

- обучает ребёнка убирать свою комнату;

- по мере взросления ребёнка предоставляет ему больше ответственности за порядок и чистоту в доме.

**Родитель – «лечащий болезни»:**

- при необходимости отводит ребёнка к врачу;

- отвечает за лечение ребёнка.

**Родитель – «ведущий ребёнка на прогулку»:**

- гуляет вместе с ребёнком,

- побуждает ребёнка к пребыванию на свежем воздухе.

**Роль любящего родителя.**

Родитель, выполняющий эту роль, подготавливает основу для будущего  женского/мужского самосознания ребёнка и уверенности в себе. Любить другого можно лишь при возможности любви себя самого. Чувство любви и поддержки крайне необходимы для нормального развития ребёнка.

**Родитель – «любящий себя»:**

- заботится о себе и своём самочувствии;

- при необходимости принимает помощь других взрослых.

**Родитель – «дающий нежность»:**

- с уважением выражает ребёнку свою близость;

- выражает свою нежность к ребёнку с учётом его возраста;

- подаёт пример своим уважительным отношением к жене (мужу);

**Родитель – « дающий утешение»:**

- выражает словами чувства ребёнка;

- выражает сочувствие и ободрение ребёнку с учётом его возраста: плачущего малыша успокаивает на руках, а со старшим ребёнком обсуждает происшествие.

**Родитель – «защитник»;**

- просвещает ребёнка;

- защищает ребёнка от насилия и принуждения;

- контролирует свои импульсы;

- обеспечивает ребёнку спокойную и безопасную окружающую обстановку для его развития;

- устанавливает ограничения для ребёнка;

- обучает ребёнка самозащите и самообороне.

**Родитель – «одобряющий ребёнка»;**

- одобряет себя;

- принимает, одобряет и ценит ребёнка такого, какой он есть;

- отличает сам поступок от совершившего его;

- уважает ребёнка;

- понимает, что достоинства ребёнка не зависят от его умений;

- обращает внимание на положительные черты личности ребёнка;

- положительно оценивает его.

**Родитель как собеседник:**

- находится во взаимодействии с ребёнком;

- в общении с ребёнком употребляет доступный его возрасту словарный запас;

- размышляет и, при необходимости, может стать собеседником для ребёнка.

**Родитель как помощник в разрешении конфликтов:**

- выслушивает высказывания ребёнка;

- выражает чувства ребёнка словами;

- помогает ребёнку принять решение и сделать вывод;

- оказывает ребёнку поддержку в принимаемом решении;

- разрешает ребёнку выражать как положительные, так и отрицательные чувства.

**Роль: Родитель как устанавливающий пределы.**

Задача родителя: гарантировать ребёнку безопасное детство. Одна сторона надёжности – это установление правил жизнедеятельности ребёнка. Ребёнок, выросший без чётко установленных родителями границ дозволенности, чувствует себя беззащитным. Одной из форм этой беззащитности может быть агрессия.

**Родитель как гарант физической неприкосновенности:**

- контролирует своё поведение;

- Контролирует поведение других;

- предотвращает всякую физическую, духовную и сексуальную эксплуатацию.

**Родитель, создающий безопасность:**

- не оставляет ребёнка одного;

- не бросает ребёнка;

- обещает только то, что может выполнить;

- обучает действовать в неожиданных ситуациях;

- следует установленным в семье правилам и следит за их исполнением;

- определяет время возвращения домой и другие правила домашнего распорядка;

- осуществляет наказания и поощрения;

- следит за учёбой ребёнка;

- устанавливает границы дозволенного поведения ребёнка;

- обеспечивает достаточное количество сна и отдыха;

- знает и понимает запас своих сил и возможностей;

- умеет ограничивать себя в употреблении опьяняющих средств;

- умеет контролировать своё поведение (сдерживать агрессию и т.д.).

**Роль – «Учитель жизни».**

Эта роль включает в себя обучение искусству социальных навыков. То, насколько хорошо научится ребёнок строить свои взаимоотношения с другими людьми, имеет большое значение на протяжении всей его жизни. Приобретённые в детстве понятия нравственных ценностей и отношений остаются практически неизменными на всю жизнь.

**Памятка**

Уважаемые папы и мамы!

Внимательно прочтите эту памятку! Для этого вооружитесь карандашом и вычеркните те пункты, которые воспитательной системы вашей семьи не касаются. Мысленно представьте лицо своего ребенка, будьте честны перед ним и перед собой!

После анализа подумайте над тем, что можно еще изменить.

*Агрессивность ребенка проявляется, если:*

- ребенка бьют;

-над ребенком издеваются;

-над ребенком зло шутят;

-ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;

-родители заведомо лгут;

-родители пьют и устраивают дебоши;

-родители воспитывают ребенка двойной моралью;

-родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;

-родители не умеют любить одинаково своих детей;

-родители ребенку не доверяют;

-родители настраивают ребенка друг против друга;

-родители не общаются со своим ребенком;

-вход в дом закрыт для друзей ребенка;

-родители проявляют по отношению к ребенку мелочную опеку и заботу;

-родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребенку;

-ребенок чувствует, что его не любят.