

**Старайтесь максимально больше проводить с ребёнком своё свободное время**, чтобы он всегда себя чувствовал нужным и любимым. Часто родители жалуются: «Нет времени», важно не сколько времени Вы проведете со своим ребенком, а как Вы это свободное время (пусть даже 5 минут), организуете.

**Использовать в повседневном общении приветливые фразы.** Например, мне с тобой хорошо. Я рада тебя видеть. Хорошо, что ты пришел. Мне нравится как ты... Я по тебе соскучилась. Давай посидим, поделаем вместе. Как хорошо, что ты у нас есть. Ты мой хороший.

**Выполняйте свои обещания!** Потому что верить больше не будут! А восстановить доверие ребенка очень нелегко.

### **Притча «Мудрец и бабочка».**

Много лет назад в одном городе жил очень мудрый человек. К нему часто приходили люди за советом. Каждому из них он умудрялся дать очень хороший и правильный совет. Слава о его мудрости разнеслась повсюду. Однажды его слова дошли до еще одного человека, который тоже был мудрым и известным в округе. Этот человек тоже помогал другим людям. Ему нравилось то, что его считают самым мудрым и прислушиваются к его советам.

И когда он узнал, что есть еще один мудрец, то стал злиться на него за то, что теряет свою известность. И он стал думать, как доказать другим людям, что на самом деле более мудрым является он.

Долго он думал и решил: «Я возьму бабочку, спрячу ее между ладоней, подойду на глазах у всех к мудрецу и спрошу его: «Скажи, что у меня в руках?». Он, конечно же, великий мудрец, поэтому он догадается и скажет: «У тебя в руках бабочка». Тогда я его спрошу: «А какая это бабочка, живая или мертвая?» И если он скажет, что бабочка живая, тогда я легонько надавлю ее своими ладонями так, что когда я их раскрою, то все увидят, что она мертвая. А если он скажет, что бабочка мертвая, тогда я отпущу ее, и она полетит. И тогда все увидят, что он оказался не прав». Так он и сделал. Взял бабочку, подошел к мудрецу и спросил его:

- Скажи, что у меня в руках? Мудрец посмотрел и сказал: - У тебя в руках бабочка. Тогда он спросил мудреца: - Скажи, живая она или мертвая? Мудрец посмотрел ему в глаза, подумал и сказал: - Все в твоих руках.

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение детский сад №26 «Василек» станицы Советской муниципального образования Новокубанский район

## **Практические рекомендации психолога родителям по воспитанию детей на каждый день**



Выполнил педагог-психолог:  
Лесоулова М.С.



Говорите о своей любви к ребенку. Не стесняйтесь проявлять свою любовь к ребенку, дайте ему понять, что будете любить его всегда и при любых обстоятельствах.

Обнимайте своего ребенка не менее четырех раз в день, а лучше 8.

Объятия – знаки любви, они питают ребенка эмоционально, помогая ему психологически развиваться.

Постарайтесь, чтобы Ваша любовь не обернулась вседозволенностью и безнадзорностью. Установите четкие рамки и запреты и позвольте ребенку свободно действовать в этих рамках. Строго придерживайтесь установленных запретов и разрешений.

Ни при каких обстоятельствах не говорите ребенку «Я тебя не люблю!». Эта фраза не должна звучать в вашем доме, чтобы ребенок не натворил.

Помните о том, что дети являются нашим отражением. Они берут пример с нас и поступают чаще всего так, как мы поступаем в нашей жизни.

Обращаясь к ребенку с просьбой или вопросом, желательно установить с ним контакт глаз: либо Вы наклонитесь к нему, либо приподнимите ребенка до уровня ваших глаз.

Никогда не пытайтесь заниматься воспитанием ребенка, если у Вас плохое настроение. Для этого важно сначала нормализовать свое эмоциональное состояние.

Главное – оцените поступок, а не личность. К сожалению, именно в этом пункте таится самая распространенная и самая серьезная ошибка. «Ты плохой» (оценка личности) звучит вместо уместного в этой ситуации «ты поступил плохо» (оценка поступка).

Никогда не вспоминайте о уже совершённых им ошибках. Всё, что было, должно оставаться в прошлом.

Ни в коем случае нельзя сравнивать детей друг с другом. Лучше вообще никогда не сравнивать ребенка с другими детьми, это провоцирует заниженную самооценку, неуверенность в своих силах, тревожность и пр. проблемы.

Сравнивать ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов.

Если Вы заметили, что Ваш ребенок в данный момент наполнен негативными эмоциями, поговорите с ним об этом.

Похвала за усилие, любое совершенное ребенком усилие, попытку достичь цели необходимо отмечать и поощрять

Если ребенок вызывает у Вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом. Для этого используйте «Я-сообщения» в разговорах с Вашим ребенком. Когда Вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о нем, не о его поведении. Делиться своими чувствами - значит доверять.

Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей (что я чувствую, что другой чувствует). Развивать способность к эмпатии (сочувствию).

Физические меры воздействия и оскорбления категорически запрещены. Физические наказания, основаны на страхе перед болью.

Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем, делая ему плохое. Например, в семье заведено, что по выходным дням все вместе отправляются на прогулку, мама печет вкусный пирог, папа идет с детьми на рыбалку... Когда взрослый уделяет им специальное внимание, и с ним интересно – это настоящий праздник для ребенка. Если случается непослушание или проступок, то «праздник» отменяется.