

КОПИЛКА

«СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ»

Десять советов отцам и матерям

1. Принимайте ребёнка таким, каков он есть.
2. Никогда не приказывайте из прихоти. Не надо бесцельных приказаний. Не вмешиваться в жизнь ребёнка столь опасно, как и вмешиваться непрерывно.
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 всём 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, молодёжь в доме. Никогда не рано учиться на свободе.
10. Устранитесь в положенное время! Эта заповедь

Сколько времени нужно уделять занятиям?

В решении этого вопроса следует учитывать особенности психологии. Принцип «чем больше, – тем лучше» в данном случае не проходит. Дети раннего возраста не способны концентрировать внимание на чем-то одном, они легко реагируют на любой раздражитель, поэтому длительность языкового занятия с ребёнком не должна превышать 30 минут, после чего нужно делать перерыв.

Что касается регулярности занятий, то лучше заниматься понемногу, но каждый день, ибо его память ещё сложно удерживать надолго – необходимо подкрепление. Но если ваш ребёнок сегодня не желает заниматься, не надо его заставлять! Пользы от этого не будет, зато легко внушить отвращение к занятиям. Занятие должно быть для ребёнка игрой, удовольствием – только в таком случае вы добьётесь желаемых результатов.

«Садимся за уроки»

1. Садись за уроки всегда в одно и то же время.
2. Проветрить комнату за 10 минут до начала занятий.
3. Выключи радио, телевизор. В комнате, где ты работаешь, должно быть тихо.
4. Сотри со стола пыль. Смени, если необходимо, загрязнённый лист бумаги.
5. Проверь, на своём ли месте находится настольная лампа (дальний левый угол).
6. Уточни расписание уроков на завтра. Проверь, всё ли задания записаны в дневнике.
7. Приготовь письменные принадлежности для занятий.

8. Эти принадлежности, а также учебники, тетради дневник положи на то место, которое ты всегда отводишь им на столе.
9. Убери со стола всё лишнее.
10. Пришло время начать работу. Сядь на стуле удобно, расстегни воротничок рубашки, если он давит шею. Открой учебник...

«Хотите, чтобы Ваш ребёнок ходил в школу с удовольствием?»

1. Не говорите о школе плохо, не критикуёте учителей в присутствии детей.
2. Не спешите обвинять учителя в отсутствии индивидуального подхода, задумайтесь над линией собственного поведения.
3. Вспомните, сколько раз вы сидели с ребёнком и наблюдали за его работой над уроками. Были ли случаи, когда вы заметили у ребёнка неправильные приёмы работы и показали ему правильные?
4. В случае конфликтной ситуации в школе постарайтесь устранить её, не обсуждая все подробности с ребёнком.
5. Следите, чтобы ваш ребёнок вовремя ложился спать. Невыспавшийся ребёнок на уроке – грустное зрелище.
6. Пусть ребёнок видит, что вы интересуетесь его заданиями, книгами, которые он приносит из школы.
7. Читайте сами, пусть ребёнок видит, что свободное время вы проводите за книгами, а не только у телевизора.
8. Учите ребёнка выражать мысли именно: обменивайтесь с ними записками, пишите вместе письма. Если ребёнок рассказывает вам о событии, которое произвело на него впечатление, то предложите ему записать этот рассказ, а вечером прочитать всем членам семьи.
9. Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребёнку приятно, если его школа станет частью вашей жизни.
10. В школе ваш ребёнок может столкнуться с очень критическим отношением к себе. Помогите ему не утратить веры в себя.

Памятка родителям.

1. Семья – это материальная и духовная ячейка для воспитания детей, для супружеского счастья и радости.

Основой, стержнем семьи является супружеская любовь, взаимная забота и уважение. Ребёнок должен быть членом семьи, но не её центром. Когда ребёнок становится центром семьи, и родители приносят себя ему в жертву, он вырастает эгоистом с завышенной самооценкой. За такую безрассудную любовь к себе он зачастую платит злом – пренебрежением к родителям, к семье, к людям.

2. Главный закон семьи – все заботятся о каждом члене семьи, а каждый член семьи в меру своих возможностей заботится о всей семье. Ваш ребёнок должен твёрдо усвоить этот закон.
3. Воспитание ребёнка в семье – это достойное, непрерывное приобретение им в процессе жизни в семье полезного, ценного жизненного опыта. Главное средство воспитания ребёнка – это пример родителей, их поведение, их деятельность. Это заинтересованное участие ребёнка в жизни семьи, в её заботах и радостях, это труд и добросовестное выполнение им ваших поручений.
4. Для воспитания ребёнка очень вредны противоречия в требованиях родителей. Согласуйте их между собой. Ещё более вредны противоречия между вашими

требованиями и требованиями школы, учителей. Если вы не согласны с требованиями школы, или они вам не понятны, придите в школу и вместе обсудите возникшие проблемы.

Советы мамам

1. *Обращайтесь* с девочками без нравоучений, без упрёков.
2. *Не говорите*, особенно в присутствии дочери, соседям, друзьям, гостям, приятелям, как хороша ваша дочь, не перечисляйте её достоинств. И, наоборот, «не выплёскивайте» молву о недостатках вашей дочери, не судите с соседкой о её «проведении».
3. *Приучение* – это многократное повторение. При этом, повторяя, напоминая, чаще подбадривайте, а не упрекайте.
4. *Умейте помолчать*. Иногда молчание – поистине золото, особенно когда идёт речь о воспитании девичьей стыдливости, целомудрия, чистоты. Здесь не должно быть места ни грубоватым шуткам, ни насмешкам.
5. *Не кричите!* Крик не только показатель вашего бессилия, слабости, но и демонстрация несдержанности, запальчивости. Ещё хуже «пилить изо дня в день», «распекать». Всё это создаёт такую атмосферу, которая может перейти в отчуждённость.
6. *Не отвечайте грубостью на грубость*, а покажите превосходство вежливости в общении.
7. *Считайтесь с мнением дочери*, советуйтесь с нею. Не бойтесь, когда надо сказать «Извини!».
8. С взрослеющей дочерью говорите, как с взрослой женщиной.

Восемь основных правил о том, как дочери стать хорошей хозяйкой.

I Правило. Начинать с прекрасного! Например, с цветов в доме. Пусть это будет заботой дочери с детства. Пусть учится украшать дом букетами живых цветов, составлять композиции из сухих цветов, выращивать и ухаживать за комнатными цветами. А потом – цветы на балконе и на клумбе. Пусть учится украшать жизнь цветами везде, где бы она ни жила.

II Правило. Учить рукоделию! Каждая мама передаёт своей дочери всё то, что умеет сама: шить, вязать, вышивать... Умелые руки обязательно пригодятся дочке в будущем.

III Правило. Создавать уют в доме! Чистота, порядок, красивый интерьер, поделки, выполненные своими руками, - всё это останется рядом с вашей дочерью, если это есть в вашей семье.

IV Правило. Учить кулинарному искусству! Готовить различные блюда, печь пироги, украшать стол, заботиться об эстетике на кухне, накрывать стол для гостей.

V Правило. Начинать с малого постепенно! Нельзя сразу добиться результатов, не проявляя терпения, мудрости и настойчивости. Только под вашим мудрым руководством, с вашей помощью дочка будет учиться вести домашнее хозяйство.

VI Правило. Поддерживать интерес! Пусть сама придумает новое блюдо, пусть по-своему заварит чай, пусть найдёт интересный рецепт в кулинарной книге. Подарите ей красивую тетрадь для записи кулинарных рецептов, помогите начать

накапливать информацию нужную домашней хозяйке. Купите интересные книги и журналы по ведению домашнего хозяйства.

VII Правило. Не опускать руки! Если что-то не получилось у дочки – не ругайте и не отчитывайте её. Помогите ей. Сделайте вместе с нею, ободряя и поддерживая.

VIII Правило. Хвалить почаще! Замечайте каждый успех дочери. Радуйтесь вместе с нею. Говорите о том, как значима для вас её помощь. Рисуйте положительные перспективы жизни.

Уважаемые папы, помните!

- ❖ Мальчик хочет быть хорошим, но не любит, когда его прямолинейно воспитывают, его раздражают слова! Воспитывайте делом, личным примером!
- ❖ Если отец всегда недоволен, нетерпелив и раздражителен по отношению к сыну, мальчик будет испытывать неуверенность и неловкость не только в его обществе, но и среди других мужчин и мальчиков.
- ❖ Мальчику необходим опыт успеха. Приобрести его он может с вашей помощью. Создавайте, придумывайте ситуации для сына, где он, несомненно, добьётся успеха. Замечайте успех сына, хвалите почаще.
- ❖ Если вы хотите чего-либо добиться от своего сына, надо ему это привить, а значит, лучше всего «заразить» своим делом. Добиваться можно лишь того, что делаешь сам.
- ❖ Мальчики не меньше девочек нуждаются в родительской ласке и телесном контакте с ними. Отец может похлопать подростка по плечу, потолкаться с ним, побороться. Дети, которые регулярно видели проявление любви и привязанности от родителей, обладают более развитым чувством внутренней безопасности.
- ❖ У отца с сыном должны быть свои мужские секреты. Совместные прогулки, влечения, рыбалка и т.п. дают почувствовать сыну, что он «свой парень».

Это должны знать родители

1. В гостях одни дети ведут себя лучше, чем дома, а другие – гораздо хуже. Не увеличивайте обычную дозу замечаний, даже рискуя выглядеть плохим воспитателем.
2. Когда вы говорите с детьми, вы всегда уверены в том, что все наши суждения – истина. Но иногда и вы ошибаетесь. Не бойтесь детских сомнений в вашей правоте!
3. Обычно советуют: если вы в чём-то отказали ребёнку, будьте последовательны – и не уступайте ему. Но этот совет не всегда хорош. Бесконечно уступая, вы выглядите жестокосердными в его глазах.
4. Иногда дети о чём-то спрашивают родителей из другой комнаты. Не отвечайте. Если же ребёнок придёт и спросит: «Ты что, не слышишь?», скажите: «Когда со мной говорят из другой комнаты – не слышу».
5. Вспомните, давно ли вы слышали детский смех в вашем доме. Чем чаще смеются дети, тем лучше воспитание.
6. Некоторые родители избегают ласковых слов и прикосновений, считают, что заласканному ребёнку будет в жизни трудно. Не бойтесь. Ласка смягчает душу ребёнка, снимает напряжение.

7. Ни в чём не подозревайте ребёнка, даже если вам кажется, что он украл, что он курит, что он совершил что-то дурное. Лучше подавите подозрение. Даже невысказанное, оно унижает его.
8. Никогда не упрекайте ребёнка ни возрастом: «Ты уже большой!», ни полом: «А ещё мальчик!», ни куском хлеба: «Мы тебя поим, кормим...»
9. Бывает так: папа уходит утром, мальчик ещё спит, приходит вечером - мальчик уже спит. А в воскресенье папа – на рыбалку. Но хотя бы после рыбалки спросите у сына: «Как дела?»
10. Старайтесь никого не критиковать при детях. Сегодня вы скажете дурное о соседе Николае Петровиче, а завтра дети будут плохо говорить о вас.
11. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, что они вечно не правы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.
12. Мы привыкли, что дети о чём-то просят родителей. А сами вы умеете просить детей, или только приказываете? Постарайтесь овладеть культурой просьбы.
13. Когда ребёнок совершает что-нибудь дурное, его обычно мучает совесть, но вы наказываете его, и совесть замолкает, а это опасно.
14. Провожайте ребёнка до дверей; советуйте ему быть осторожным на улице. Встречайте ребёнка у дверей, когда он возвращается из школы или с прогулки. Пусть он видит, что его возвращению рады.
15. Внушайте ребёнку давно известную формулу психологического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других».

Профилактика злоупотребления ПАВ

Многие родители не решаются обсудить проблему приема алкоголя и других наркотиков со своими детьми. Некоторые полагают, что их дети никогда не будут вовлечены в это. Другие откладывают, потому что не знают, что сказать или как сказать, или боятся заложить это в голову ребёнка. Не ждите того момента, когда вы начинаете думать, что ребёнок имеет проблему. Многие молодые люди, находящиеся в лечебных программах, говорят, что они принимали алкоголь (наркотики), по крайней мере, за 2 года до того, как об этом узнали родители. Начинать как можно раньше говорить об алкоголе и других наркотиках и оставлять этот вопрос открытым. Не бойтесь допустить того, что вы не знаете все ответы на вопросы. Дайте понять вашему ребёнку, что вы интересуетесь, беспокоитесь, и что вы можете работать вместе в поисках ответа. Будьте хорошим слушателем. Создайте чувство уверенности для ваших детей, чтобы они чувствовали себя комфортнее, когда рассматривается проблема или задаются вопросы. Внимательно слушайте, что говорят дети. Не проявляйте гнев на то, что вы услышите от ребёнка в конце обсуждения. Если необходимо; сделайте 5-минутный перерыв, чтобы успокоиться перед продолжением. Сделайте примечание также о том, что не говорил ребёнок. Если ребёнок не рассказал вам о проблемах, возьмите инициативу и задайте вопросы, что он делал в школе, или о другом виде деятельности. Будьте доступны для обсуждения каждого чувствительного вопроса. Молодым людям необходимо знать, что они могут положиться на своих родителей в случае обсуждения важного для них вопроса. Если ваш ребёнок желает обсудить что-то в то время, когда вы не можете уделить достаточного внимания, объясните, почему вы не сможете это сделать, и доведите это дело до конца.

Хвалите, одобряйте, выделяйте те поступки, которые ваш ребёнок делает правильно, и немедленно обращайтесь внимание на вещи, которые ошибочны. Когда родители быстро одобряют то, что ранее критиковалось, дети учатся чувствовать себя хорошо, они развивают уверенность в собственных поступках. Выражайтесь ясно, открыто, когда говорите о приеме алкоголя и других наркотиках, будьте уверены, что вы даёте вашим детям ясную сформулированную информацию об алкоголе, так, чтобы ребенок знал точно, что от него ожидают. Например:

«В нашей семье мы не позволяем принимать нелегальные наркотики, и не позволяем детям выпивать». Модели хорошего поведения дети учатся на примерах. Делайте так, чтобы ваши собственные поступки отражали стандарты долга, честности, целостности, и все то, чего вы ожидаете от своих детей. И ещё: от времени и атмосферы может зависеть, как успешно будет проходить общение. Родители должны найти время для беседы с детьми в спокойной и неторопливой манере.

Следующие предложения сделают общение более успешным:

Слушайте: Платить вниманием. Не перебивайте. Не готовьтесь, что вы сможете сказать, пока ваш ребёнок говорит. Сдерживайте решение до того, как ваш ребёнок кончит говорить и спросит ваш ответ.

Смотрите:

Знайте выражение лица вашего ребёнка и «язык» его тела, когда ваш ребёнок нервничает и чувствует себя некомфортно, суетится, барабанит пальцами, стучит ногой, смотрит на часы. Или как ваш ребенок выглядит расслабленным – улыбаётся, смотрит в глаза. Читая эти знаки, вы сможете понять, что чувствует ваш ребенок. Будьте отзывчивыми «Я очень заинтересован насчет..», «Я понимаю, что иногда трудно..» - такие фразы являются лучшими для ответа вашему ребенку, чем начинать говорить: «ты должен...», или «если бы я был на твоём месте...» или «когда я был в твоём возрасте, я этого не делал...». Когда начинают так говорить, от своего лица, то это похоже на имитацию отзывчивости. Если ваш ребенок говорит то, что вам неприятно, не отворачивайтесь. Не старайтесь давать советы на все, что говорит ваш ребенок.

Гораздо важнее внимательно выслушать, что он говорит, и постараться понять, какие чувства он испытывает. Убедитесь, что вы правильно поняли вашего ребенка, и попросите подтвердить, так ли это. Обучите ваших детей сказать «нет». Сообщите им то, что должны знать подростки о наркомании. Информацию получите у специалистов или в специальной литературе.

Список литературы:

1. Калейдоскоп родительских собраний. Методические разработки. Под редакцией Е.Н. Степанова. М. 2002г. Выпуск №1,2.
2. Воспитание школьников №5 2002г., №2 2003г.
3. Учительская газета. 1988г. 23 февраля.
4. Пунский В.О. Азбука учебного труда. М.,1988г.