«10 шагов навстречу»

# Не лгите детям.

Мы обманываем **ребенка**, исходя из соображений сиюминутного комфорта, а штраф, который мы платим, гораздо больше и неприятнее. В мире, где слова **родителей** не соответствуют действительности, **ребенку крайне трудно жить**.

# Если не знаете, что ответить ребенку, помолчите и подумайте.

Помогите себе: возьмите тайм-аут. Ничего страшного в словах *«я отвечу тебе завтра»* нет. Время, которое вы выиграли, потратьте на то, чтобы сформулировать для себя причины своего страха. Сначала справьтесь сами с собой, затем говорите

с **ребенком**. Только не лгите!

# Знайте: забывчивость – это тоже разновидность обмана.

Пообещали – и забыли. И **ребенок забыл**. Потом **ребенок вспомнил**. И обиделся постфактум. Нехорошо. Если обещаете – выполняйте. Если у вас плохая **память – записывайте**. Если вспомнили, что забыли, – поговорите об этом с **ребенком**. Скажите, что вспомнили и что обязательно

выполните обещанное. Это укрепляет доверие **ребенка к миру**, учит его

быть обязательным, дает ему понять, что вы его уважаете.

# Никогда не имитируйте общение, интерес, участие.

Не говорите: *«Ах, как здорово ты нарисовал»*, глядя при этом в телевизор. Либо оторвитесь от сериала, либо честно скажите:

«Прости, дорогой. Я сейчас занята и как следует, не могу поглядеть. Я закончу и посмотрю хорошенько, что ты нарисовал».

# Не делайте своему ребенку лишних подарков, откупаясь за то, что недостаточно уделяете ему времени.

За свое отсутствие *«платите»* присутствием: идите вместе куда хотите, дарите **ребенку свое время**, а не деньги.

1. **Если не правы, искренне просите** у **ребенка прощения.** Взрослые заблуждаются, когда считают, что они непогрешимы и всегда правы. Помните – любой диктат творит зло.

# При любой возможности позволяйте ребенку выбирать.

Еду, одежду, игрушки в магазине. Так он получает представление о том, что

имеет право на собственное мнение, и это мнение учитывается.

1. **Отказ принимайте всерьез.** Если вы считаете, что **ребенок** имеет право сказать *«нет»* в конкретной ситуации, – соглашайтесь. *«Ты хочешь поехать на выходные к бабушке?»* –

*«Нет»*. Значит, не везите его к бабушке. Иначе не стоило и спрашивать.

# Не конкурируйте за любовь второго родителя.

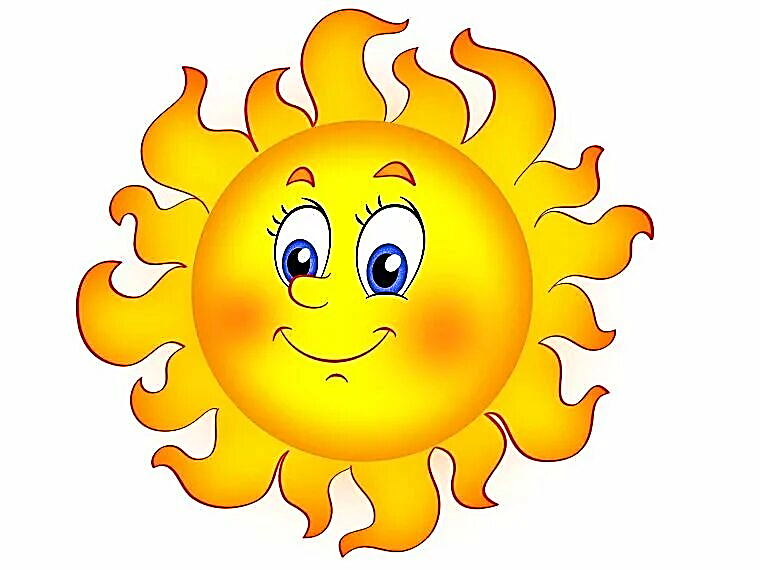
Всячески поддерживайте в **ребенке уважение к нему**. Не спрашивайте: *«Кого ты*

*больше* ***любишь****?»* **Ребенок** не должен чувствовать себя виноватым из-за того, что в данный момент предпочел кого- то из **родителей**, иначе вы укрепляете его в мысли, что **родителей** можно сравнивать и

назначать *«лучшего»* или *«худшего»*. В идеале, каждый **родитель** должен быть незаменимой, эксклюзивной фигурой.

# Хвалите детей!

Отмечайте их хорошие поступки, их успехи в каком-либо виде деятельности. Но не говорите: *«Ты самый лучший!» «Лучшим»* быть тяжело!



детский сад

"солнышко"

** *Буклет разработала:***

***Дмитриева Марина Александровна,***

***педагог - психолог***

***высшей квалификационной категории***

***Конт. телефон 8 929 791 9001***

** *Рекомендации***

** *психолога для родителей***