|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Как воспитать в себе родителя!?** |  |  |
| * **Расслабьтесь.** Не переживайте сильно по поводу своей роли родителя. Рассчитывайте на то, что дети бывают шумными, грязными, шустрыми, часто ругаются друг с другом, носятся сломя голову и пачкаются. * **Идеальных родителей не бывает.** Детям обязательно нужен объект сопротивления. Они должны иметь кого-то, кого можно обвинить в чем-то, и этим кто-то должны стать Вы. Вы можете решить для себя, в чем можно дать слабину, чтобы продемонстрировать детям, что Вы – тоже человек, и как любой другой, не лишены недостатков. * **Ваши промахи естественны.** Детям не нужен перед глазами в качестве примера человек, который вообще не способен ошибаться. Если бы Вы были совершенством, дети могли бы с тем же успехом обвинить Вас и в этом. * **Сознавайте свои сильные стороны.** Найдите в себе то, в чем Вы способны превзойти других (готовить спагетти, играть на фортепиано, в футбол и т.п.). «Правильные» родители берутся за любое дело, если нужно, но знают в чем их сильные стороны и умеют ими пользоваться. | * **Почти все правила иногда можно нарушать.** С ролью родителя неизбежно связаны определенные правила, принципы, методы (чем кормить ребенка, когда укладывать спать, сколько смотреть ТВ…). Но! Для Ваших детей более важно иметь нормальных, спокойных родителей, чем ни разу в жизни «не съесть вредную рыбную палочку». * **Не все сразу.** Вы встречали таких детей, у которых жизнь состоит исключительно из уроков, тренировок и дополнительных занятий? Такие дети не умеют развлекать себя сами – у них не было времени этому научиться. Они никогда не смогут расслабиться и отдохнуть☹ Ваша обязанность – предоставить детям разные возможности и внимательно следить за тем, к чему они проявляют больше интереса. И оставьте время на наблюдение за облаками и «ничегонеделание». * **Вы е обязаны следовать всем полученным советам.** То, что подошло когда-то и кому-то вовсе не обязательно подойдет Вам. | * **Желание сбежать – это нормально.** Невозможно вырастить ребенка, избежав нервотрепки, и не надо комплексовать по этому поводу. Вам кажется, что ребенок стремиться любыми способами «доканать Ваш бедный рассудок», но не забывайте о том, что он думает тоже самое о Вас. * **Иногда от детей можно прятаться.** Все мы люди, и необходимость в определенных ситуациях убегать и прятаться, пережидая грозу, заложена в нашей человеческой природе. Ведь именно это дает нам возможность не становиться рабами эмоций и, вернувшись «из побега», взглянуть на обстоятельства разумно и спокойно. * **Родители тоже люди.** Родители должны улавливать момент, когда необходимо на время отключиться от стандартной схемы. Позвольте себе отвлекаться и развлекаться! Стоит Вам проявить слабость и в Вашей жизни не останется ничего, кроме воспитания. * **Не пренебрегайте интимной жизнью.** Ваш партнер должен оставаться главным человеком в Вашей жизни. Говорите о вас, а не о том, что случилось с детьми на детской площадке. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Детский и подростковый практический психолог **Богомягкова**  **Оксана**  **Николаевна**  (кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии ПГГПУ, психотерапевт)  **8 902 832 86 87**  **Bogom-on@mail.ru** | ***У родителей нет ни выходных, ни отпуска, ни праздников, ни повышений зарплаты, ни премий.***  ***Родитель работает 24 часа в сутки, 365дней в году, минимум по 18 лет с каждым ребенком. При этом есть еще второй родитель и с ним тоже надо считаться!*** | **Секреты Воспитания**  [http://www.school755.ru/spaw2/uploads/images/sponso.png](http://images.yandex.ru/yandsearch?source=wiz&uinfo=sw-1007-sh-482-fw-782-fh-448-pd-1&p=2&text=%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B5%D0%BC%D1%83%D1%87%D0%BA%D0%B0%20%D0%B2%20%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%D1%85&noreask=1&pos=74&rpt=simage&lr=50&img_url=http://education.simcat.ru/school63/img/i/1298395524_sponso.png)  **ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ** |