

## Способы установления благополучных детско-родительских взаимоотношений.

*«Главный замысел и цель семейной жизни - воспитание детей.*

*Главная школа воспитания - это взаимоотношения мужа и жены, отца и матери».*

**В. А. Сухомлинский**

Начиная разговор о рекомендациях в воспитании детей, обращаем Ваше внимание на то главное, что является основой основ воспитания - любовь к ребенку. Никакой совет психолога, никакая рекомендация в отношении воспитания ребенка не действует, если в отношениях нет любви. Причем, любовь не за то, что ребенок красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть! Любите его не за ум, талант, красоту или одарённость, а просто за то, что он есть!

1. 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.

2. Обнимайте своего ребенка не менее четырех раз в день, а лучше восемь. Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! Объятия - знаки любви, они питают ребенка эмоционально, помогая ему психологически развиваться. Неплохо то же делать и по отношению ко взрослым членам семьи.

3. 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. Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружелюбно - разъяснительным, чем повелительным.

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

5. Чаще обращайтесь к ребенку по имени. У ребенка может быть семейное имя - имя, которое звучит в кругу семьи - это может быть производное от его имени Ната, Тата, Нюша или Зайчик, Солнце и т.д. Помните о том, что дети являются нашим отражением. Они берут пример с нас и поступают чаще всего так, как мы поступаем в нашей жизни.

6. Если вы решили провести с ребенком воспитательную беседу... Речь в этом случае может быть строгой, но не в коем случае резкой или грубой. В беседах избегайте многословия, чтобы не потерять главный смысл. Только спокойный и доверительный тон может донести до ребёнка мысли и требования родителей.

7. 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. Всегда слушайте ребёнка внимательно, смотря в его глаза, только тогда он будет чувствовать, что его проблемы и внутреннее состояние действительно Вас волнуют.

8. Никогда не пытайтесь заниматься воспитанием ребенка, если у Вас плохое настроение. Для этого важно сначала нормализовать свое эмоциональное состояние (спокойная музыка, недолгая прогулка, 15 минут отдыха в тишине (после работы необходимы каждому!) - у каждого свои механизмы восстановления).

**Правила должны быть согласованы взрослыми между собой.**

