**ХОРОШИЕ СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ, КОТОРЫЕ ОБЛЕГЧАТ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ**

В наш век обилия информации и часто противоречащих друг другу идей о правильном воспитании детей, легко растеряться и утратить ориентиры.

Часто можно увидеть, как родители с самыми благими намерениями применяют воспитательные стратегии, совершенно не соответствующие эмоциональным или возрастным потребностям их детей. В то же время с радостью хочется отметить, что все больше родителей успешно нащупывает путь здорового воспитания детей.

Изложенные ниже советы базируются на современных исследованиях о способах воспитания, способствующих здоровому развитию детей.

**СОВЕТ № 1. Дети ведут себя как дети, примите это.**

Родители почему-то часто забывают, что путь познания мира их ребенком вначале извилист и тернист. Через ошибки. Через незрелые поступки. «Магия» начинается, когда в дело вступает хороший воспитатель и помогает ребенку идти верным путем. Мы расстраиваемся, становимся нетерпеливыми, раздражительными и грубыми, а ведь это просто этапы становления наших детей.

Часть мозга, отвечающая за рассудочное мышление, логику и самоконтроль, полноценно формируется к 20-ти годам. Незрелое поведение нормально для незрелого человека с незрелым мозгом. Это просто научная данность — просто осознаем это, запасемся терпением и будем помогать нашим детям пройти непростой путь взросления.

**СОВЕТ № 2. Устанавливайте границы, опираясь на уважение, а не критику.**

Поскольку наши дети буквально все о мире узнают от нас, без установки границ не обойтись. Без них дети будут чувствовать тревогу и беспокойство.

Можно устанавливать границы, используя критику и стыд, а можно в твердой, но уважительной форме. Подумайте, как бы вы сами предпочли, чтобы с вами разговаривали на работе, и действуйте исходя из этого.

**СОВЕТ № 3. Изучите особенности этапов развития ребенка.**

Наверняка вам случалось задаваться вопросом, куда подевался ваш веселый и послушный малыш, когда вы привели его в садик, а он вдруг начинал орать как резаный. Привет, сепарационная тревога! (*тревога ребенка, возникающая от разлуки с близким взрослым*)

И таких вполне нормальных, вполне здоровых примеров детского поведения в период взросления — буквально сотни. Зная об этом, вы не будете считать поведение своего ребенка странным и сможете правильно и участливо на него реагировать.

**СОВЕТ № 4. Учитывайте темперамент и личностные особенности вашего ребенка.**

Это кажется банальностью, но если мы осознаем, какие именно уникальные черты присущи вашему ребенку и принимаем это, мы сможем вовремя понять, когда ему нужна помощь и поддержка, и в каких условиях он сможет расцвести.

**СОВЕТ № 5. Предоставьте вашему ребенку время для свободной игры.**

Играя, дети учатся всему на свете и развивают все необходимые им навыки. А значит, вам нужно каждый день предоставлять ребенку время для свободных, без вмешательства взрослых, игр с другими детьми.

**СОВЕТ № 6. Чувствуйте, когда следует говорить, а когда — слушать.**

Дети прекрасно умеют справляться с проблемами, если только мы им это позволим. Мы же безумно обожаем их и хотим, чтобы у них все получалось, и поэтому нам довольно трудно не вмешиваться и не решать проблемы за них, параллельно читая им лекции, как это надо правильно делать.

Если родители почаще будут брать паузу и не вмешиваться, они будут просто в шоке от того, как успешно их дети сами находят выход из трудных ситуаций. Умение слушать имеет мощный терапевтический эффект, позволяя нам добраться до сути и найти верное решение.Дети хотят и нуждаются в том, чтобы их услышали и поняли. Как и все мы.

**СОВЕТ № 7. Не зацикливайтесь на своем ребенке.**

Мы любим говорить, что наши дети — это наше все. И, конечно, это чистая правда. Но в повседневной жизни родителям нужно быть более открытыми внешнему миру. Мы должны поддерживать дружеские связи, иметь увлечения и хобби — все, что делает нас яркими индивидуальностями.

Нелегко разрешить себе это, ведь наши защитные страхи пытаются убедить нас, что дети не смогут обойтись без нас, а мы — без них. Но мы можем и должны обходиться друг без друга, чтобы остаться в здравом уме и не нагружать наших детей непосильной для них задачей удовлетворения всех наших взрослых эмоциональных потребностей.

**СОВЕТ № 8. Знайте, что дела говорят громче, чем слова.**

Быстрее всего ребенок учится, наблюдая, как вы живете и взаимодействуете с ним и окружающим миром. Дети невероятно внимательны и обладают намного более тонкой интуицией, чем мы предполагаем. Они постоянно наблюдают.

При всем кажущемся неудобстве этого факта для родителей, если мы будем постоянно помнить о том, что наши дети наблюдают за нашими действиями, мы не только научим их правильно вести себя, но и сами станем намного лучше.

**СОВЕТ № 9. Запомните, что совместное времяпрепровождение, развлечения и творчество — лучшие способы формирования позитивного поведения и доброжелательного отношения.**

Воспитание посредством страха и контроля в долгосрочной перспективе совершенно не эффективно. Эти методы могут оказать положительный краткосрочный эффект, но они не помогут сформировать у наших детей сильный внутренний нравственный стержень и не обучат их навыкам эффективного решения проблем.

Если при общении с вами ребенок чувствует, что его ценят как человека, он естественным образом сам научится ценить других и принимать правильные решения.

**СОВЕТ № 10. Пусть вашей целью будет сформировать душу ребенка, а не только его влиять на его поведение.**

Мир хочет убедить нас, что цель воспитания — в создании послушного и хорошо выдрессированного ребенка. Но эти, безусловно, весьма желательные качества для большинства родителей отнюдь не являются теми качествами, которые сделают из вашего ребенка счастливого и здорового человека.

Помогите детям понять, что их мысли и эмоции необычайно важны, и вы обучите их навыкам общения с людьми, умению управления собой и справляться со сложными ситуациями. Навыкам, которые будут поддерживать и направлять их на протяжении всей жизни.

**Менять способы и стиль воспитания всегда нелегко, но если это по-настоящему важно для наших детей, это стоит того.**