**Советы родителям.**

Важно, **безусловно принимать ребёнка** – это значит любить его не за то, что он красивый, умный и т.д., а просто так – просто за то, что он есть! Эта любовь питает его эмоционально, помогая развиваться. Оценивайте поступок, не перенося оценку на личность.

Прежде чем вы вступите в конфликт, подумайте над тем, **какой результат от этого вы хотите получить**.

**Признавайте и прислушивайтесь** не только к своим интересам, но и к интересам другого человека.

**Будьте открыты, делитесь своими чувствами** и выслушивайте чувства ребенка.

Услышьте доводы своего оппонента.

**Не унижайте и не оскорбляйте** своего ребенка.

**Будьте справедливы и честны** со своим ребенком.



**12 советов родителям для построения доверительных отношений с детьми**

*Доверие —залог здоровых семейных отношений и верный способ преодолеть все трудности и конфликты.*

**1. Ребенок должен Вам доверять, а Вы ему.**Для этого нужно поддерживать его.

**2. Оставайтесь на связи.** Важно быть рядом и идти на контакт. Совместный досуг и разговоры «ни о чем» тут важны как никогда.

**3. Проявляйте интерес.** Будьте внимательны к ребенку, открыты, безоценочны и всегда будьте готовы его выслушать.

**4. Посмотрите на ситуацию с разных сторон**, выберите формат взаимодействия с ребенком.

**5. Просите прощения, если ошиблись.** Искренние извинения — лучший способ восстановить отношения после утраты доверия.

**6. Примите их самостоятельность.** Все дети со временем стараются быть более независимыми. Время от времени это будет вас разочаровывать, и в таких случаях важно проговаривать это, вместе делая выводы на будущее.

**7. Дайте детям личное пространство.** Для ребенка крайне важно иметь право на личную жизнь: замок на дверь комнаты, личное время. Избежать конфликтов помогут четко обозначенные, оговоренные и всеми одобренные границы.

**8. Не критикуйте ребенка.** Предоставляйте им свободу действий, когда они пытаются освоить новые навыки, даже если это означает, что они допустят несколько ошибок. Старайтесь не навешивать ярлыки и не давать нелестных характеристик. Обсуждайте не личность ребенка, а его поступки.

**9. Проявляйте сочувствие.** Когда родители сочувствуют своим детям и помогают справиться с негативными чувствами, такими как гнев, печаль и страх, они создают взаимное доверие и привязанность. Уступчивость, послушание и ответственность рождаются из чувства любви и связи, которую дети ощущают со своими семьями.

**10. Будьте честны.** Прежде чем что-то сказать, удостоверьтесь, что вы верно понимаете своего ребенка. Говорите о своих чувствах.

**11. Подарите детям ощущение безопасности.** Привязанность, эмоциональная близость, открытость и рождают это ощущение.

**12. Обнимайте детей.** Прикосновение само по себе исцеляет. Дети, которых обнимают и ласкают, растут более здоровыми и спокойными, чем те, кто лишен прикосновений.



**Рекомендации для родителей детей, оказавшихся в трудных
жизненных ситуациях**

**1.** Формируйте у детей **позитивные жизненные устремления и цели.**

**2.** Создайте ребёнку все условия для **комфортного существования**,

эмоционального благополучия.

**3****.** Помогайте формированию у детей **волевого контроля**и способности к самообладанию.

**4.**Оказывайте посильную **помощь в преодолении трудностей** в обучении ребёнка.

**5.** Придайте **уверенность ребенку**, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь со всеми затруднениями.

**6.** **Внимательно отнеситесь** ко всему, даже самым незначительным обидам и жалобам ребенка, не пренебрегайте ничем из всего сказанного им. Попытайтесь убедить его раскрыть свои чувства,

поделиться накопившимися проблемами, способствуйте улучшению взаимоотношений с учителями, сверстниками.

**7. Обучайте адекватным способам поведения** в трудных ситуациях.

**8.**Обеспечивайте ребёнку **ощущение безопасности, защищённости**. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать.

**9.** При взаимодействии с детьми **не впадайте в гнев,** старайтесь не испытывать обиду, негодование. Такое прямое противостояние между ребёнком и взрослым ведёт к усилению непонимания.

**10.** Составьте собственные **правила для определения своей позиции, тактики и стратегии взаимодействия.** Любое взаимодействие следует начинать с себя, особенно если оно связано со стремлением изменить другого человека. Необходимо потратить немало времени и сил на установление доверительного контакта с ребёнком.

**11.** **Самое главное, чтобы ребенок знал, что жизнь прекрасна и родители его очень любят!**