Важно помнить, что в сложных ситуациях вы всегда можете обратиться за помощью к педагогу-психологу. Обращение к специалисту не бросает тень на родительскую репутацию, а также не означает, что "с ребенком что-то не так".
ЦППМСП "Ресурс" предлагает как психологическую работу непосредственно с ребенком индивидуально или в группе, так и консультации для родителей. Специалист поможет понять ребенка, научиться играть и общаться с ним. Главное - не стесняться обращаться за помощью.

Рекомендации педагога-психолога

ГБОУ СО "ЦППМСП "Ресурс"

Отделение психолого-педагогического и медико-социального сопровождения

г. Екатеринбург, ул. Машинная, 31
тел. (343) 221-01-57

ресурс.дети

Ресурс

5 главных правил в воспитании детей:

1. Демонстрируйте безусловную любовь. Если вы будете любить детей только при каком-то условии, они всегда будут думать, заслужили ли они вашу любовь. Такое отношение порождает в детях неуверенность в себе. Любите своих детей несмотря ни на что, безусловной любовью.

2. Вы — пример для подражания, дети так или иначе будут вам подражать. Поэтому именно на плечи родителей ложится ответственность за демонстрацию таких качеств, как отвага, сострадание и забота об окружающих людях. Дети впитывают как хорошее, так и плохое.

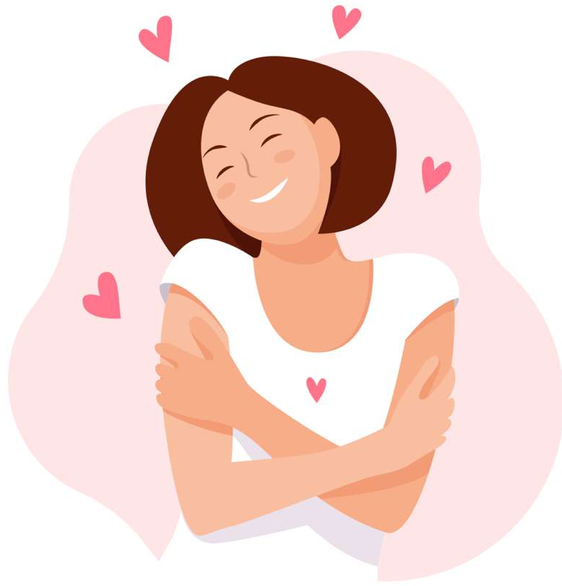
3. Учитесь конструктивной и сдержанной критике. Постоянные замечания могут лишить ребенка самоуважения. Ребенок, который все время слышит «ты плохой», может поверить в это и перестать пытаться быть «хорошим».

4. Предоставьте достаточно пространства. Постоянная опека и помощь ребенку могут уничтожить желание действовать самостоятельно. А вместе с ним исчезают чувство удовлетворенности собой и уверенность, которые приходят с успешным решением проблемы. Давайте своему ребенку больше пространства для самостоятельности.

5. Дети являются частью каждого дня вашей жизни. В общении с детьми главное не количество, а качество общения. В будний день иногда достаточно провести с ребенком 20-30 минут, обсудить, как прошел день или поговорить с ним на приятные или волнующие его темы.

Сначала заботимся о себе, потом - о ребенке

Каждый родитель время от времени нуждается в отдыхе и том времени, которое он может уделить только себе. Психологическая нагрузка у родителей с появлением ребенка достаточно высока, ведь ему, особенно в первые годы жизни, необходимы внимание, забота и поддержка.



Возможно, главный родительский долг заключается в том, чтобы уделять внимание не только детям, но и самим себе, собственным потребностям и переживаниям. А это включает в себя:

- Свои отношения;
- Свой круг помощи;
- Свое здоровье;
- Свой отдых и восстановление;
- Свое вдохновение