Для вас, родители, с наилучшими пожеланиями.

Немного о воспитании детей.

Многие беды имеют своими корнями как раз то, что человека с детства не учат управлять

своими желаниями, не учат правильно относиться к понятиям «можно», «надо», «нельзя».

Сухомлинский В. А

Наши дети — это наша старость. Правильное воспитание — это наша **счастливая** старость, плохое воспитание — это наше будущее **горе**, это наши слезы, это наша вина перед другими людьми…

Макаренко А. С.

«Жизнь даётся человеку только один раз. И прожить её нужно так, чтобы не

было мучительно больно за бесцельно прожитые годы…»

Н.Островский.

Пособие для родителей.

Посейте поступок – пожнёте привычку,
Посейте привычку – пожнёте характер,
Посейте характер – пожнёте судьбу.
У.Теккерей.

1. **Кодекс родительской чести.**

- Если родители требуют от ребёнка, чтобы он много и с удовольствием читал, они должны читать сами много и с удовольствием, несмотря на недостаток времени.
- Если родители требуют, чтобы ребёнок не лгал, они не лгут сами ни себе, ни другим, ни собственному ребёнку.
- Если родители требуют от ребёнка проявления трудолюбия, они сами должны много трудиться.
- Если родители хотят, чтобы их ребёнок не воровал, они сами не должны создавать подобные ситуации в своей семье (пусть даже по мелочам).
- Если родители не хотят, чтобы их ребёнок пристрастился с раннего детства к спиртным напиткам, они сами не должны создавать культ спиртных напитков в своей семье.

- Если родители хотят, чтобы их ребёнок бережно и уважительно относился к дедушкам и бабушкам, они начинают с себя и сами уважительно относятся к своим родителям.
- Если родители хотят, чтобы их ребёнок не страдал от одиночества, они дают ему возможность иметь друзей, приводить их в свой дом. Это возможно только в том случае, если сами родители имеют настоящих друзей и ребёнок встречается с ними в своём доме.
- Если родители не хотят, чтобы ребёнок относился к школе и учению с предубеждением, они сами вспоминают о школьных днях с удовольствием и с самыми тёплыми чувствами, уважительно отзываются об учителях.

Только пример отца и матери может дать добрые всходы.

2.Идеальная мама.

По мнению детей – это женщина, которая:
- в течение всей своей жизни остаётся нужной своим детям и своему мужу;
- всегда проявляет дружеское расположение и считает самым ценным в жизни собственную семью;
-формирует традиции существования своей семьи;
- находит время для общения со своими подругами и приятельницами;
- материально не зависит от собственного мужа;
- стремится достичь хороших результатов в профессиональной деятельности, чтобы дети могли ею гордиться;
- много общается с собственными детьми, интересуется их жизнью и мнением об окружающем мире;
- искренне радуется и огорчается неудачам своих детей и мужа;
- делит с мужем все беды и несчастья, ничего при этом от него не скрывая;
- искренне радуется достижениям своего мужа, при этом понимает, что все достижения должны быть честными и справедливыми.

3.Идеальный отец.

- максимально заботится о собственной семье;
- не находится «под каблуком у жены», имеет своё мнение;

- всегда знает обо всём происходящем в его семье.
- много общается со своими детьми, учит их жить в мире людей;
- профессионально состоятелен;
- поддерживает авторитет матери в семье, воспитывает в детях собственным примером умение любить и быть любимым;
- умеет проявить терпение и терпимость, учит этому членов своей семьи.

4. Идеальный ребёнок.

- слушается во всём своих родителей;
- выполняет всё то, что ему поручается в школе и дома;
- помогает старшим братьям и сёстрам, взрослым, не обижает младших;
- умеет отвечать за свои поступки;
- самостоятелен и активен;
- имеет друзей и дорожит ими;
- в любой ситуации всегда говорит правду;
- дорожит своей семьёй, родными и близкими ему людьми, бережно относится к своим родителям;
- имеет в доме свои обязанности и ответственно к ним относится;
- знает материальные возможности семьи и старается их придерживаться;
- умеет и хочет трудиться, с раннего детства определяет, чего он хочет добиться в жизни.

5. Идеальные родители – это такие взрослые, которые:
- понимают своих детей;
- любят своих детей;
- помогают решить проблемы;
- не кричат на своих детей;
- готовы всегда выслушать и поддержать своих детей;
- не читают нотации;
- не пьют.

6.Качества семьи, которые неприятны детям:
- разобщённость интересов;
- безответственность и необязательность взрослых в отношении друг к другу и к собственным детям;
- склонность к спиртному одного из родителей или обоих;

- телесные наказания, грубая брань;
- отсутствие взаимопонимания по многим, если не по всем вопросам.

7. **Рекомендации психологов.**

Родителям необходимо знать, что счастливые и несчастливые семьи имеют между собой несколько основных различий.

В несчастливых семьях муж и жена:

- не думают одинаково по многим вопросам и проблемам;
- говорят слова, которые раздражают другого человека;
- чувствуют постоянную потребность в доверии, которого им не хватает;
- постоянно чувствуют потребность в человеке, с которым можно поделиться самым сокровенным и выговориться;
- редко делают комплименты друг другу, не помнят даты, значимые для другого человека;
- не считаются с мнением другого человека, не дорожат им;
- мечтают о большей любви и даже пытаются искать её.

Как сделать так, чтобы как можно большее количество семей были счастливы, чтобы ребёнок гордился своей семьёй, а семья радовалась успехам ребёнка и гордилась им? Для этого достаточно членам семьи выполнять следующие **очень простые правила**, которые, однако, требуют определённых усилий от каждого члена семьи:

- как можно меньше злиться и ворчать друг на друга по поводу и без повода;

- не пытаться никого перевоспитывать, особенно если человек не осознаёт необходимость самосовершенствования;

- не увлекаться критикой, так как и маленькому, и большому гораздо приятнее узнавать о себе как о хорошем человеке, чем о плохом;

- искренне восхищаться достоинствами членов семьи, заранее демонстрируя и предвосхищая их будущие, ещё не проявившиеся возможности;

- постоянно демонстрировать внимание своим родным и близким людям, несмотря ни на какие трудности, нередко возникающие при общении.

Приведённые выше правила общения детей и взрослых, которые необходимо неукоснительно выполнять, как бы трудно это ни было, рано или поздно принесут свои плоды.

Общаясь с учащимися разных возрастов, можно сделать один вывод: прежде чем предъявлять требования к своему ребёнку, родители должны предъявить требования к себе, чтобы стать истинным и непреложным примером для своих детей.

Советы родителям подростков по укреплению ваших отношений.

Как справиться с подростком? Что же случилось с этим милым маленьким ребенком, который у вас был несколько лет назад? Подростки могут быть очень сложными, и это не должно быть удивительным, учитывая все перемены переходного возраста, с которыми им приходится сталкиваться. Вам придется быть очень терпеливым, чтобы справиться с ними.

Даже, несмотря на то, что вы когда-то сами были подростками и, возможно, были сложными для своих родителей, от вас потребуется много усилий, чтобы понять, через что приходится проходить вашему ребенку. К вашим обязанностям относится наладить связь между вами и вашим ребенком. Это всегда не просто, и вам придется очень постараться во время этих двух важных периодов в жизни ваших детей – юности и молодости. Вашим детям понадобятся всё - руководство и понимание, которые вы можете им предоставить. Общение и понимание, в течение сложных периодов, могут задать тон для жизненных решений, которые придется делать вашему ребенку.

Ниже приведено несколько полезных советов, которые должны помочь родителям при воспитании подростков и налаживании связи с ними:

1. Узнайте о том, что нравится вашему ребенку. Возможно, это будет непросто, но способность соотносить склонности и антипатии вашего ребенка является важной частью построения открытых и значимых отношений с ним. Помните, чтобы быть хорошим родителем, вам также нужно быть хорошим другом.

2. Строгость – это не плохо. Многие подростки сопротивляются правилам и ограничениям. Они думают, что достаточно взрослые, что могут сами о себе позаботиться. Хотя это отчасти и так, подросткам все еще нужны ограничения. С новыми возможностями и желаниями они могут причинить себе значительный вред, если не будут сдерживать себя со всей ответственностью. Дайте понять вашему ребенку, что у него или у нее будет больше свободы, но при этом на них будет возложено больше ответственности. Свобода без ответственности бессмысленна.

Вам стоит помочь своему ребенку научиться составлять планы заранее. Вы не должны планировать за них; просто помогите направить их на принятие собственных правильных решений.

3. Общайтесь ежедневно. Ежедневное общение является важным для поддержания открытости между вами. Ваш ребенок будет более расположен, доверять вам, если вы будете общаться с ним ежедневно. Научитесь понимать мир, в котором живет ваш подросток, поставьте себя на его место, и вы сможете не только добиться их доверия, но и также сможете лучше понять их общее поведение.

Ежедневное общение покажет вашему ребенку, что вы заботитесь о нем. Это очень важный фактор, так как подростки будут чувствовать себя более комфортно с родителями, которые активно вовлечены в их жизнь. При отсутствии вовлечения взрослого, подростки могут обратиться к ненадежным сверстникам за руководством или комфортом.

Потребности взросления подростков, о которых нужно знать.

Стадия переходного возраста, между тринадцатью и двадцатью одним годами, возможно, - самое сложное, испытательное, сбивающее с толку и опасное время.

Основная задача, важнейшая потребность подростка в течение следующей декады – это развитие собственной индивидуальности. Это далеко не маленький подвиг, и он на самом деле может протянуться до зрелости. Сверстники и группы сверстников теперь намного важнее, чем родители или учителя. Подростки ищут собственной индивидуальности, добиваясь при этом одобрения со стороны сверстников и присоединения к определенным группам. Принадлежность к определенной группе или компании одинаково мыслящих личностей имеет огромное значение. Самоутверждение – это распространенное явление в качестве защиты от родителей.

Родители могут помочь своим детям соответствовать возрастающим требованиям, посредством:

- понимания, что данная стадия развития требует от подростка принятия собственных решений. Попытайтесь увеличить возможности подростков поступать на свое усмотрение, быть ответственными за их собственные действия. Позвольте подросткам самим принимать решения и пожинать результаты, неважно положительные или отрицательные. Возможно, это самый важный момент в оказании помощи подросткам в достижении

ответственной зрелости. Хотя, это может стать школой тяжелых ударов, ничто так не учит жизни, как собственный опыт;

- необходимого установления правил поведения дома, и они должны быть очень прочными. Также удостоверьтесь, что ваш ребенок понимает ограничения, относящиеся к его поведению: различные свободы, такие как время сна, время возвращаться домой, выполнение домашних заданий, минимальные оценки, друзья, занятия и прочее. Для каждого пункта могут быть установлены естественные последствия. Ребенок должен запомнить, что его или ее действия (или бездействие) приведет к заранее установленным последствиям. Последствия также могут быть положительными, такими как вознаграждения за соответствующее поведение. Эти параметры будут изменяться, по мере того как подросток будет расти от ранней юности к более поздней. Старайтесь не реагировать эмоционально на поведение подростков. Простые, разумные и рациональные реакции, основанные на возможных естественных последствиях, не обострят и так уже натянутые ситуации;

- установления дружеских отношений с подростками. Будьте готовы к открытым, честным разговорам по душам, однако не требуйте их. Подростки являются сконцентрированными на себе, и не обязательно думают о том, что чувствуют их родители. Они могут неохотно раскрывать информацию о себе. Но когда появляется возможность, такие открытые, честные беседы могут быть очень стоящими. Поддерживайте какие-нибудь семейные занятия, например, походы, спорт, настольные игры, походы в кинотеатр, прогулки на свежем воздухе и т.д. Не относитесь к подростку как к ребенку. Не относитесь к шестнадцатилетнему так же, как к тринадцатилетнему. Относитесь к восемнадцатилетнему, как ко взрослому. Подростки ценят, если к ним относятся как к ответственным личностям, и обычно они стремятся к этому. Как родителям, вам следует искать поддержки и руководства, читать книги, советоваться с учителями.

10 признаков того, что ваш ребенок принимает наркотики.

Знали ли вы, что более семидесяти процентов подростков в возрасте шестнадцати-семнадцати лет говорят, что достать марихуану «просто или достаточно просто»?

Когда дети начинают принимать наркотики, у них проявляются различные признаки, за которыми должны наблюдать родители. К сожалению, многие родители часто воспринимают эти признаки, как нормальное поведение подростков, и в результате они понимают, что их дети принимают наркотики слишком поздно. Как родители могут узнать, принимает ли наркотики их ребенок? Нужно помнить, что каждый ребенок находится в такой опасности. Родители, которые не заметили это вовремя, будут находиться в неведении до тех пор, пока их сына или дочь не арестуют, или пока они не примут слишком большую дозу – к тому времени будет уже слишком поздно. Итак, что вы, как родители, должны заметить, если ваш ребенок экспериментирует с наркотиками или алкоголем?

- Значительные перемены отношения или в поведении.
- Новые знакомые, которые могут оказывать давление на вашего ребенка.
- Проблемы в школе, такие как, например, снижение успеваемости, увеличение пропусков.
- Частые депрессии или секретность.
- Изменения в распорядке дня.
- Повышенный или сниженный аппетит.
- Расширенные зрачки, красные или блестящие глаза.
- Ушибы на теле.
- Постоянная смена настроения.
- Потребность в дополнительных денежных средствах.

Использование наркотиков может привести к сильному ухудшению здоровья, к социальным проблемам, проблемам в учебе и поведении в самое важное время юношеского развития личности. Принятие наркотиков также ухудшает рассудительность, что в свою очередь ведет к принятию рискованных решений, касающихся секса, криминальных действий, езды с незнакомцами, находящимися в состоянии наркотического опьянения.

Если вы считаете, что ваш ребенок не может принимать алкоголь или наркотики, не реагируйте слишком остро на это. Некоторые предупредительные признаки, перечисленные выше, могут быть нормальными признаками переходного возраста или вызваны другими причинами. Наличие трех и более признаков должны побудить вас к разговору с вашим ребенком для оценки того, нуждается ли он в оказании профессиональной помощи.

Могут ли подростки проводить слишком много времени со своими друзьями?

Дружба очень важна для подростков, но до тех пор, пока они не достигнут 14 или 15 лет, родители не замечают, что они проводят намного больше времени со своими друзьями и меньше времени с семьей. Телефон начинает разрываться от звонков, или же они могут общаться в Интернете сразу с группой людей. Когда родители видят это, естественно, это станет поводом для беспокойства, но есть одно очень важное правило воспитания, о котором стоит помнить – нужно разумно выбирать подход к детям.

Кажется, что у многих подростков такое поведение появляется достаточно неожиданно. Кажется, что все, что им нужно - это общение со своими друзьями. Многие родители не обращают внимания на такое поведение, пока однажды вечером оно вдруг не привлечет их внимание. Вы можете установить ограничения, потому что вы родители и вам не нужно отстаивать свои решения.

Помня об этом, вам также стоит обратить внимание на поведение вашего ребенка в целом. Некоторые подростки могут быть настолько заняты общением со своими друзьями, что забывают обо всем остальном. Они перестают выполнять домашние задания, когда приходят домой, или они не помогают вам по дому. Для таких детей нет ничего, что имело бы значение, кроме их друзей. Если вы видите это, тогда вам следует установить еще одно ограничение, «сначала работа, а потом игры». Если это означает, что вам нужно будет забрать с собой на работу телефон и клавиатуру, так пусть так и будет. По возвращении домой, если они выполнят все свои обязанности, вы сможете вернуть им телефон и клавиатуру.

С другой стороны, если ваш ребенок успевает выполнять школьные задания и обязанности по дому, тогда вам нужно предоставить ему время для общения с друзьями по телефону и компьютеру. Если это делает их счастливыми и заставляет хорошо себя чувствовать, тогда у них должна быть возможность на это. Если же они начинают расслабляться, или вы не можете воспользоваться телефоном, когда вам это нужно, тогда пришло время установить некоторые ограничения, чтобы вернуть детей в нормальный режим.

Как мы можем предотвратить курение подростков?

Основная ответственность родителей заключается в том, чтобы быть положительными образцами поведения для своих детей. Если дети видят, как курит папа или мама, у вас нет достаточных оснований, в том, что курение - вред. Если вы являетесь или были курильщиком, и курили в присутствии своих детей, тогда можно предположить, что они, скорее всего, переймут эту привычку еще до того, как их сверстники предложат им попробовать

- Правда в том, что курение может убить.

Несмотря на то, что многие родители хотят, чтобы их дети не приобретали плохую привычку курения, так как оно вызывает привыкание, к сожалению, многие наши дети сегодня часто встречаются замеченными в курении, даже не подозревая о том, насколько оно является вредным для общего состояния здоровья.

- Факторы подросткового курения.

Многие люди согласятся с тем, что подростковое курение часто связано с давлением со стороны сверстников и плохими образцами для поведения. **Эти две причины являются главными в курении среди подростков.**

1. Давление со стороны подростков – молодым людям бывает сложно с ним справиться. К сожалению, мы не можем выбирать друзей для наших детей, и зачастую они поддаются курению, чтобы просто соответствовать другим.
2. Плохие образцы для поведения. Например, рок звезды, звезды кино и другие, создавшие свой сценический образ, который считается «крутым», также оказывает огромное влияние на поведение детей и привычку курения.

Не сводится ли это все на самом деле к общению, общаясь со своими детьми, строя дружеские и доверительные отношения, вы способствуете тому, чтобы они делились своими чувствами по поводу того, что происходит в их жизни. Когда у вас есть такое общение, гораздо проще направить их мысли подальше от курения, придавая им силу воли и способность сказать нет.

В большинстве случаев скука приводит к курению, привлекайте вашего ребенка к спортивным занятиям, это не только повысит уровень их общего состояния, а также поможет в развитии уверенности и отведет их от курения. уверенность в себе и положительное умственное мышление направят их в правильном направлении и придадут сил, чтобы суметь противостоять групповому давлению со стороны сверстников.

Препятствуя подростковому курению, организм вашего ребенка сможет

развиваться в полную мощь, а значит, это приведет к здоровому образу жизни, нежели к плохому физическому развитию и постоянным проблемам со здоровьем.

Памятка для родителей.

Уважаемые родители!

1. Ежедневно проверяйте дневник своего ребёнка:
   - текущие оценки;
   - запись домашнего задания и расписание;
   - замечания учителей.

2. Два раза в месяц (1-го и 16-го числа) проверьте оценки, выставленные классным руководителем и на отдельных листочках, вклеенных в дневник. Для выставления оценок классный руководитель собирает дневники на один урок и сразу же возвращает их детям. Поэтому, если Ваш ребёнок утверждает, что дневник остался у классного руководителя, не верьте это неправда.

3. В случае возникновения вопросов по учебным предметам, обращайтесь к учителям-предметникам согласно расписания.

4. Еженедельно расписывайтесь в дневнике.

5. Если ребёнок отсутствует в школе по болезни или другой причине, поставьте об этом в известность классного руководителя.

6. В конце четверти проверьте четвертные оценки и распишитесь в графе «роспись родителей».

7. Не позволяйте своим детям пропускать уроки без уважительной причины.

8. Контролируйте, где и с кем Ваш ребёнок проводит своё свободное время. Помните, что подросток может находиться на улице и в общественных местах без сопровождения взрослых только до 22.00.