**Рекомендации по нормализации общения с ребенком.**

Объединяйтесь с ребенком против его трудностей. Он должен видеть в Вас союзника, а не противника или стороннего наблюдателя.

Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых

Берегите, прежде всего, свои силы и нервы. Благоприятный климат в семье зависит от Вас! Вы будете счастливы, будут счастливы и дети! Вы будете спокойны в критических (на Ваш взгляд) ситуациях, и дети научатся реагировать спокойно, Вы для них основной и главный пример (даже если вам кажется, что они вас не слышат)!

Научитесь отделять главные, важные дела, домашние обязанности и вещи от второстепенных. В многодетной семье, да в любой семье, где есть дети, чистота и порядок в доме бывает очень редко (где-то только по праздникам, перед приходом гостей). Не надо из этого делать трагедию, **зато** у вас растут такие замечательные, талантливые, способные сыновья (и пусть эта посуда помоется позже, сын от этого хуже не станет). Всегда когда начинаете раздражаться и злиться по какому-либо поводу, в голове формируйте фразу: «Я сейчас чувствую...,потому что..., зато...» и далее находите как можно больше плюсов даже не связанных с данной ситуацией (например: зато хорошая погода, можно всем вместе прогуляться; зато скоро новый год; зато мне сегодня удалась выспаться; зато ребенок получил пятерку по английскому и т.д.)

Приходите домой с улыбкой, говорите приятные слова персонально каждому ребенку. Примите своих детей с их достоинствами и недостатками! Вам все равно придется с ними жить, значит нужно жить дружно!

Не поселяйте в детской голове мысли об уходе из дома, о ненужности, о нежеланности! Он будет помнить об этом всю жизнь. Особенно обидно, что это говорила его собственная мать!

Необходимо помнить о внушаемости ребенка. Если вы говорите: "Ничего из тебя никогда не выйдет!", "Ты неисправим, тебе одна дорога (в тюрьму, в милицию, в детдом и т.д.)" то не удивляйтесь, если так оно и случится. Ведь это самое настоящее прямое внушение, и оно действует. Ребенок может поверить в ваши установки.

НАКАЗАНИЯ, ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Наказание не должно вредить здоровью — ни физическому, ни психологическому. Более того, наказание должно быть полезным. Для этого необходимо определить цель наказания - чего я хочу достигнуть, наказывая ребенка?
2. Если есть сомнение, наказывать или не наказывать, — не наказывайте. Даже если уже поняли, что обычно слишком мягки и нерешительны. Никакой "профилактики" в наказаниях не бывает.
3. За один раз — одно наказание. Наказание может быть суровым, но только одно, за все сразу.
4. Наказание — не за счет любви. Что бы ни случилось, не лишайте ребенка вашего тепла, заботы и любви.
5. Никогда не отнимайте вещи, подаренные вами или кем бы то ни было, — это уже не ваши вещи, а ребенка!
6. Можно отменить наказание. Даже если набезобразничает так, что хуже некуда, даже

если только что накричал на вас, но при этом сегодня помог больному или защитил слабого. Не забудьте объяснить ребенку, почему вы так поступили.

1. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Запоздалые наказания внушают ребенку прошлое, не дают стать другим.
2. Наказан — прощен. Если инцидент исчерпан, старайтесь не вспоминать о "старых грехах". Не мешайте начинать жить сначала. Вспоминая прошлое, вы рискуете сформировать у малыша чувство "вечно виноватого".
3. Без унижения. Если ребенок считает, что мы несправедливы, наказание подействует в обратную сторону.

НЕ НАКАЗЫВАЕМ:

1. Если ребенок плохо себя чувствует или болеет.
2. Когда ребенок ест, после сна, перед сном, во время выполнения домашнего задания или во время выполнения какой-то работы.
3. Сразу после душевной или физической травмы.
4. Когда ребенок не справляется со страхом, с невнимательностью, с подвижностью, с раздражительностью, с любым недостатком, прилагая искренние старания. И во всех случаях, когда что-либо не получается.
5. Когда внутренние мотивы поступка нам непонятны.
6. Когда сами мы не в себе, когда устали, огорчены или раздражены по каким-то своим причинам (не срываем свой гнев на детей).

Когда ребенок достигает подросткового возраста, можно разделить все предъявляемые к нему **требования на три условные группы.**

К первой группе относятся требования, выполнение которых не обсуждается (возвращаться домой к определенному времени, звонить, когда задерживаешься).

Ко второй группе относятся требования, варианты, выполнения которых мы как родители готовы обсуждать с подростком (сколько времени проводить за компьютером, как планировать свободное время).

К третьей группе относится то, что ребенок решает самостоятельно, но вы готовы оказать ему помощь поддержкой или советом, если потребуется (с кем дружить, какие кружки посещать).

Эти группы требований необходимо **обсудить** с **ребенком.** Сделать это можно примерно в такой форме: «Теперь ты уже взрослый и многие вещи можешь решать сам. Например, мне кажется, что ты способен сам решать, какие кружки посещать. В некоторых случаях я готова обсуждать с тобой вариант. Например, как ты считаешь, сколько времени ты можешь проводить за компьютером? Но есть некоторые правила жизни в доме, которые тебе придется соблюдать, пока ты живешь с нами. Например, это касается времени возвращения домой». Постепенно некоторые требования могут переходить из одной группы в другую. скажем, когда Вы уверены в том, что Ваш ребенок способен самостоятельно планировать выполнение уроков, контроль можно передать ему.