
Главное предназначение -
быть мамой.

Твоя душа израненная птица
Когда же я гляжу в твоё лицо
Я вспоминаю, как одна синица
В подъезде билась о стекло

Измученная, крошечная птичка,
Стучалась клювом в грязное
стекло,
Я помогу тебе, моя синичка,
Найти свой дом, найти своё
гнездо.



2025 г.



Умение воспитывать — это все-
таки искусство, такое же
искусство, как хорошо играть
на скрипке или рояле, хорошо
писать картину.

А.С.Макаренко

Для будущих
родителей

ТОГБУ «Центр поддержки
семьи и помощи детям
«Семейный причал»

Десять способов стать выдающимся родителем

1. Подавайте хороший пример. Ваше поведение его нарушить, объясните ребенку причин— образец для ребенка, которому он старается подражать.
 2. Уважайте чувства, мысли и суждения своих детей
 3. Чаще хвалите, обнимайте и целуйте своего ребенка. Он должен знать, что вы его любите.
 4. Всегда держите данное вами слово. Если все-таки приходится и извиниться перед ним.
 5. Поощряйте творческую деятельность ребенка. Задавайте вопросы, развивающие воображение и любознательность.
 6. Повышайте самооценку ребенка, поощряя любые проявления самостоятельности.
 7. Будьте в курсе того, что происходит в жизни вашего ребенка – в школе, на улице, с друзьями.
 8. Управляйте поведением своего ребенка твердо, честно и с любовью. Обсуждайте поступки ребенка, а не его личность.
 9. Устанавливайте семейные традиции. Не жалейте времени на развлечения и игры с ребенком.
- Настраивайтесь на лучшее. Таким образом, вам и вашему ребенку будет легче настроиться на преодоление препятствий и достижение поставленных целей.

Десять способов снять «родительский стресс»

1. Старайтесь каждый день выделять хотя бы немного времени для себя. Читайте, гуляйте, слушайте любимую музыку - все это проверенные способы снять стресс.
2. Если вы чувствуете, что не в состоянии справиться со всем, что на вас обрушилось, не стесняйтесь обратиться за помощью к родным или друзьям.
3. Не теряйте чувство юмора, когда все идет не так, как хотелось бы. Идеальных родителей, как и идеальных детей не существует.
4. Постарайтесь принять как должное, что дети порой совершают ошибки, бывают невыносимы и непоследовательны, совершают бездумные поступки – все это часть обычного детского поведения.
5. Когда вы сильно рассердитесь, посчитайте до десяти, прежде чем начать принимать меры.
6. Напряжение можно снять с помощью простого прикосновения – возьмите ребенка за руку, обнимите его, похлопайте по плечу.
7. Слушайте своего ребенка, давайте ему понять, что вы цените разговоры с ним. Хорошая коммуникация позволяет предотвратить конфликты и стресс.
8. В семье должно быть время и место для развлечений и спорта. Смех и физкультура заметно снижают стресс.
9. Обсуждайте волнующие вас проблемы воспитания со своими друзьями. Но не забывайте при этом рассказывать им и о том удовольствии, которое вам приносит общение с вашим ребенком.

Почитайте в книжках о том, как происходит взросление ребенка, чтобы ваши ожидания носили реалистичский характер.

