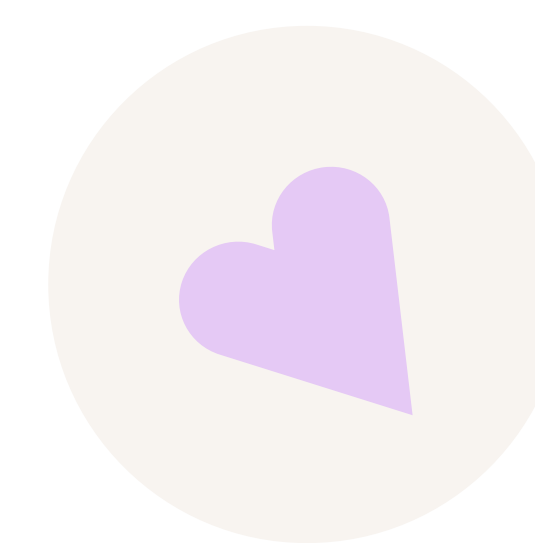


Чтобы разобраться в теме ещё больше:

Сегодня ребёнка помогает воспитывать не только социум, но и инфопространство: паблики, блогеры, подкасты. Однако ответственность всё равно лежит на родителе-одиночке. Мы сделали подборку книг, которые помогут найти опору для того, чтобы вырастить ребёнка, а также перечень самых важных родительских проявлений, которые нужны каждому: и малышу, и подростку.



Полезные книги:

«Уйти нельзя остаться. Как говорить с детьми о разводе родителей»
Е. Порякова

«Одна и дети. Как вырастить детей и воспитать себя»
П. Санаева

«Ваш непонятный ребёнок»
Е. Мурашова

«Тайная опора. Привязанность в жизни ребёнка»
Л. Петрановская

«Как вырастить хорошего человека»
М. Мойер

Полезные приёмы:

Эмоционально стабильная семья.
Дети, как зеркало, отражают состояние взрослых. Поэтому важно заботиться о себе и своей реализации, вовремя отдыхать и посвящать время хобби, чтобы не было нервного истощения. Это не значит, что у вас нет права на грусть или злость, но важно уметь их проживать и направлять в конструктивное русло.

Внимание.
Дети хотят, чтобы родители их слышали, сопереживали им, когда радостно и когда грустно, были вовлечены в их жизнь и интересы, могли поддержать и защитить, когда это необходимо.

Принятие.
Ребёнок такой, какой есть: со своей логикой, темпераментом, увлечениями, повадками. Он отдельная личность. Не надо его переделывать, ругать, обесценивать или использовать метод кнута и пряника в зависимости от того, соответствует ли он вашим представлениям. Ему важно понимать, что его любят любым: плохим, хорошим, непохожим.

Границы дозволенного.
Ребёнок формирует свои ценности и берёт на себя ответственность по мере взросления. Пока он не стал полностью самостоятельным, ему нужно, чтобы рядом был значимый взрослый, который знает, что такое хорошо и плохо, что можно и что нельзя, а также может это объяснить.

Определённость.
Родители задают правила игры, но не могут менять их ежечасно и сами от них отклоняться, иначе ребёнок не будет понимать, как устроен мир и как себя вести. Например, если вы сообщаете, что отныне уборка своей комнаты — его ответственность, не надо даже приближаться к ней с тряпкой и пылесосом.

Развитие.
Ребёнку нужно общаться со взрослыми и сверстниками, совершать ошибки и учиться на них, ставить цели, переживать провалы и радоваться успехам. При этом речь не об олимпийских медалях: расти и занимать своё место в семье, дружеских отношениях, играх, учёбе — это и есть развитие.