

Ответственный за выпуск:

А. В. Мейя, гл. библиотекарь

Составитель: М.В. Сурмилова, библиотекарь.

Редактор: А. С. Мельник, программист

Июль 2013 г.

357070 с. Курсавка, ул. Красная, д. 36

Детская библиотека-филиал

«МБУК Андроповская МЦРБ»

Тел:8(86556)6-24-6

**МБУК «Андроповская МЦРБ»**

**Детская библиотека-филиал.**

 **16+**

****

**Кодекс правильной мамы**

****

**памятка**

**с. Курсавка, 2013**

**Многих мам волнует вопрос о том, как научиться находить общий язык со своими детьми и научиться понимать их. Ведь, чтобы дети стали хорошими взрослыми, об этом нужно уже сегодня заботиться их родителям. Как быть хорошей мамой?**

**Кодекс правильной мамы**

**1.Общение и последовательность.**

Общайтесь с ребенком как можно чаще.

Основное правило хорошего родителя – это чувствовать себя с ребенком на одной волне, быть в курсе любого, даже самого незначительного, события в его жизни. Казалось бы, уже про ребенка все известно и понятно, а он вдруг преподносит что-то новое. Растут дети быстро. Поэтому необходимо всегда быть очень внимательной и готовой к нежданным переменам.

Выслушивая ребенка, общаясь с ним на равных, вы тем самым учите его правилам ведения беседы. Хвалите его чаще или, наоборот, пресекайте его грубости. Разумеется, вы не сможете общаться круглосуточно, но ребенок должен знать, что у вас есть на это время, и вы всегда готовы его выслушать.

Если ребенок пытается вам что-то рассказать, а вы торопитесь, попросите его перенести разговор на вечер, и обязательно вернитесь к этому сами. Он поймет, что общение с ним, действительно, важно для вас и, на самом деле, мама – лучшее слово на свете. Нужно быть внимательной и терпеливой

слушательницей, чтобы и в дальнейшем вызывать у ребенка доверие. От родителей часто приходится слышать жалобы о том, что ребенок просто не хочет с ними общаться.

**2.Будьте последовательны.**

 Предсказуемость дети любят. Установленные ограничения и определенный распорядок жизни, дает им ощущение безопасности и защищенности в окружающем мире. Четко установленные правила позволяют избегать наказаний и конфликтов. Не забывайте объяснять ребенку, почему вести себя нужно именно так, а не иначе.

**3.Любовь.**

Проявляйте свою любовь при любой возможности. В воспитании, эмоциональная открытость, наверное, даже важнее, чем последовательность. Если ребенок знает, что родители его любят, несмотря ни на что, ему становится не так страшно, даже если они будут его ругать.

Старайтесь хвалить его чаще, а если и сердиться, то за дело. Постоянное «нельзя» и «нет» вызывает у ребенка стресс и отрицание. Поощряйте интересы ребенка как можно активнее и не пытайтесь навязать свои собственные, по принципу: мама лучше знает.

Спортивные родители, которые навязывают своему чаду занятия спортом, вызывают у него чувство напряжения и нервозности. Позволяйте

ребенку заниматься тем, что интересно ему. Тем самым, вы продемонстрируете уважение к его собственным способностям и дадите понять, что принимаете его таким, какой он есть.

**4.Проявите гибкость в воспитании.**

 Многим мамам свойственно колебаться между необходимостью придерживаться определенных правил и желанием уступить ребенку. Ну, так, проявляйте гибкость, ведь из любых правил есть исключения. Но обязательно объясните, почему было сделано такое отклонение от нормы. Тем самым, вы и ребенка научите быть гибким при поиске решения какой-либо проблемы. В дальнейшем он сможет приспосабливаться к переменам, не теряя при этом уважения к ограничениям и правилам. Но, если ребенок отказывается ложиться вовремя спать, это не означает, что нужно менять время отбоя. Необходимо набраться терпения и настаивать на своем.

**5.Получайте знания.**

 Отвечая на вопрос: какая мама лучше? - мы говорим та, которая понимает и чувствует своего ребенка. Которая умеет инстинктивно находить единственно верное решение. Для этого нужно быть, как можно лучше информированной о способностях и возможностях своего ребенка. Неинформированные родители, как правило, переоценивают свое чадо и зачастую испытывают разочарование. Сегодня существует масса литературы о воспитании детей.

Изучайте ее. Не забывайте пользоваться интернетом, а также, столь ценным источником знаний, как бабушки, дедушки, коллеги, друзья, соседи.

**6. Подумайте о себе.**

Давайте себе возможность отдохнуть. Забота о детях требует невероятного напряжения душевных и физических сил. Поэтому накопившаяся усталость может выливаться в нервозность и раздражительность. Поэтому, для того чтобы снова стать хорошей мамой, нужно просто немного отдохнуть.

**7.Будьте уверены в себе.**

Придерживаясь всех этих правил, вы очень скоро сможете ощутить довольно позитивные результаты. И у вас появятся далеко не беспочвенные основания, почувствовать себя хорошей мамой. А ваш ребенок всегда будет уверен в том, что мама лучше знает, как нужно сделать.

Любой маме свойственно срываться время от времени. Главное, чтобы ей хватило мудрости попросить прощения у ребенка. В таком случае, дети забывают обиду быстро. Ну, а маму совесть продолжает мучить долгое время. Чтобы не упрекать себя понапрасну, нужно запомнить:

* У вас будет еще шанс продемонстрировать свое правильное поведение. Ребенок совершит проступок еще не один раз.
* Отругав его за разбросанные вещи, через некоторое время вы похвалите его за вовремя сделанные уроки.
* В трудной ситуации, если вам кажется, что не удается справиться самостоятельно, всегда можно обратиться к специалисту-психологу.

И напоследок, еще один очень важный совет, который поможет вам быть ближе к вашему ребенку. Запомните, быть мамой – это очень весело, к этому нужно относиться с легкостью. И, если идти по жизни с легким сердцем, то с детьми будет общаться значительно проще. Станьте на какое-то время беззаботной и безрассудной, ведь это основной секрет жизни детей. Постарайтесь больше времени уделять своим искренним эмоциям и чувствам, а не тому, как вы смотритесь со стороны. Живите полной жизнью, наслаждайтесь ею и радуйтесь, как дети!