**Советы психолога по улучшению семейных отношений и поддержка родителей, столкнувшихся с трудностями в воспитании.**

Отношения с родителями служат фундаментом развития и становления ребёнка в обществе. Доверительное общение может быть источником радости и поддержки, а при потере доверия появляются стресс и конфликты.

Дети могут и проявляют непослушание, они так же могут быть агрессивными или иметь проблемы с контролем своих эмоций. Родители могут испытывать затруднения в установлении дисциплины и воспитании правильного поведения. Помните, ребенок имеет на это право, он живой, а не робот, но родитель, как никто другой должен помочь ему в этом не простом вопросе. И иногда обратившись за помощью к специалисту.

В процессе взаимодействия с родителями, ребенок напитывается тем, что дают ему родители в духовном, морально-нравственном, интеллектуальном, эмоциональном, волевом планах.

Основная задача родителей в процессе воспитания – наполнить ребенка любовью, добром, спокойствием, уверенностью, радостью, счастьем.

Каждая семья и каждый ребенок уникальны, поэтому проблемы в воспитании могут различаться. Важно быть терпеливым, поддерживающим и готовым искать помощь и совет, когда это необходимо.Чтобы избежать осложнений в отношениях, конфликтов, родителям стоит быть особенно осторожными в запретах «не дружить», «не ходить», «не давать», «не участвовать», «не брать» и пр. Нужно быть уверенными, что ребенок не воспринимает их как угрозу его самостоятельности, авторитета в группе сверстников (особенно актуально это для подростков).

Воспитание детей - это сложный и ответственный процесс, с которым родители часто сталкиваются внутри своей семьи.

Родителям важно помнить, что любое «плохое» поведение ребенка всегда имеет свои причины – его неудовлетворенные потребности. Такое поведение (будь то капризы, истерики, агрессия и пр.) является определенным призывом: «Мама, помоги! Мне сложно! Я не справляюсь!» и т.п.

Понимание и удовлетворение основных потребностей ребенка позволяет родителям выстраивать доброжелательные, позитивные, уважительные отношения со своими детьми.

Когда родители используют дружественный тон и дают понять, что входят в положение ребенка, то дисциплина от этого не страдает. Напротив, ребенок учится брать на себя ответственность за свои поступки. Важно помнить, что совместная деятельность улучшает межличностные отношения в семье.

**Вот 12 основных правил для правильного отношения к детям:**

ПРАВИЛО 1. Безусловно любите и принимайте своего ребенка.

## **ПРАВИЛО 2. Учитывайте базовые потребности ребенка.**

## **ПРАВИЛО 3. Создавайте у ребенка внутреннюю мотивацию.**

## **ПРАВИЛО 4. Вводите правила в жизнь семьи и ребенка.**

## **ПРАВИЛО 5. Будьте терпеливы и терпимы, выработайте философский настрой в принятии интересов и увлечений ребенка.**

## **ПРАВИЛО 6. Тон, которым сообщается требование или запрет, должен быть дружественно-разъяснительным, а не повелительным.**

## **ПРАВИЛО 7. Воспитывайте естественными последствиями.**

## **ПРАВИЛО 8. Воспитывайте в совместной деятельности.**

## **ПРАВИЛО 9. Будьте** **осторожны с наказаниями.**

## **ПРАВИЛО 10. Постоянно поддерживайте положительную самооценку ребенка, чувство его самоценности. Поддерживайте успехи ребенка.**

## **ПРАВИЛО 11. Не вмешивайтесь в занятия ребенка, с которыми он справляется. Помогайте ребенку, когда он просит.**

## **ПРАВИЛО 12. Активно слушайте ребенка.**