**Советы родителям**

**по профилактике бытового насилия.**

Современное воспитание детей предполагает, в первую очередь, обучение. Но речь идет не о каких-либо конкретных навыках, знаниях, а об обучении жизни. Для этого существуют современные технологии воспитания. Одна из них – подача личного примера, воспитание человека, подобного себе. Ребенок, словно губка, впитывает в себя всю информацию, полученную в семье. И лучше всего, он воспринимает негативные стороны. Вот несколько советов, которые помогут вам выстроить правильную воспитательную систему.

1. В воспитании ребенка нужна не только любовь, но и определенные знания. Родители играют первоочередную роль в жизни и воспитании своих детей, и поэтому на них лежит большая ответственность. Задача взрослых помочь детям адаптироваться к жизни, научить их жить в обществе, регулируя свои права в отношениях с другими людьми.

2. Старайтесь видеть хорошее. Довольно легко проследить, когда вы концентрируетесь на негативном (проблемы на работе, стресс). Это случаи, когда вы начинаете видеть вокруг только плохое, не замечая тех приятных моментов, которых великое множество в повседневной жизни.

3. Будьте примером для своего ребёнка. Большая часть информации воспринимается детьми в раннем возрасте благодаря наблюдению. И наиболее частым объектом для наблюдения являются, конечно же, родители.

4. Уважайте детей. Взрослые привыкли воспринимать уважение как односторонний процесс. Детям часто говорят, что нужно уважать старших. Часто ли мы говорим, что старшие тоже должны уважать детей. А между тем, это совершенно необходимое условие для создания доверительных отношений с ребенком.

5. Будьте постоянны в правилах воспитания и требованиях к ребёнку. Дети должны знать, что есть что-то постоянное и неизменное (семейные традиции, ваше безусловное принятие ребёнка).

6. Учитесь слышать детей и учитывать их мнение. Иногда родители настолько концентрируются на том, чего они хотят для своих детей, что забывают спросить самих детей, чего хотят они. Мамы и папы так часто решают все за детей, что подавляют их индивидуальность.

7. Установите ограничения. Если детей никак не ограничивают, они постоянно проверяют границы своих способностей, безопасности, выносливости и правил. В результате, все это доставляет много беспокойства и волнений их родителям. Они часто недооценивают важность установления правил воспитания и ограничений для детей. Именно отсутствие ограничений толкает детей на многие необдуманные и опасные поступки, приводит к конфликтам. Не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета! Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас, и его.

8. Умейте прощать. Ссоры могут возникать по самым незначительным поводам. Как только обвинение брошено, очень трудно забрать его назад. Из маленькой ссоры может вырасти большой конфликт. Если вы признаете свои ошибки, можете извиниться перед своим ребенком, в тех случаях, когда были не правы, это сможете предотвратить многие проблемы еще до их проявления.

9. Показывайте свою любовь. Жизнь вокруг детей постоянно меняется, поэтому для них крайне важно знать, что любовь их родителей к ним остается неизменной. Доверие возникает из чувства безопасности, поэтому постоянно показывайте свою любовь. Проявляя свою любовь, вы даете детям понять, что всегда поддержите и пожалеете их. Детство от этого становится счастливее и радостнее.

10. Будьте терпеливы. Если ребенок ошибается, ему больше нужна помощь, чем выговор или наказание. Когда родители терпеливы по отношению к своим детям и их поступкам, они создают, таким образом, атмосферу доверия и безопасности, в которой дети развиваются свободно и радостно. Учитесь быть терпеливым, пусть это войдет у вас в привычку.

11. Будьте осторожны и внимательны. В воспитании детей очень важно, знать об их чувствах и переживаниях, использовать эту информацию. Если вы будете учитывать физиологические и эмоциональные потребности ваших детей, многие проблемы можно будет избежать.

12. Помните, что авторитарный стиль воспитания для детей и подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (т.е. агрессию, направленную на себя).

13. Доверяйте ребенку, прощайте случайные шалости, будьте справедливыми и последовательными в требованиях, не раздражайтесь. Помогите ребенку проанализировать ситуацию и построить свое поведение без конфликта в аналогичных ситуациях.