

«Ваша власна поведінка — найвирішальніша річ. Ви думаєте, що виховуєте дитину тільки тоді, коли з нею розмовляєте чи караєте її. Ви виховуєте її кожну мить Вашого життя, навіть тоді, коли Вас немає вдома».

*А.С. Макаренко*

- Любіть дитину не за те, що вона розумна чи красива, а лише за те, що вона Ваша рідна дитина.
- Розмовляйте з дитиною, розвивайте її мову. Цікавтесь її справами і проблемами.
- Надавайте дитині самостійності в діях і прийнятті рішень.
- Не відгороджуйте дитину від обов'язків і проблем. Вирішуйте всі справи разом із нею.
- Слідкуйте за своєю зовнішністю. Дитина повинна пишатися Вами.
- Привчайте дітей до самообслуговування, формуйте трудові навички і любов до праці.
- Пам'ятайте, що дитина коли-небудь подорослішає і їй доведеться жити самостійно. Готуйте її до майбутнього життя.
- Ви — перший друг і порадник дитини.

#### **«ЗАБОРОНЕНІ» ЗВЕРТАННЯ ДО ДИТИНИ:**

Скільки разів тобі повторювати...

Я сказала — зроби...

Ти що, не розумієш?..

У всіх діти як діти, а ти...

За що мені така кара...

Не лізь, якщо не можеш зробити...

І в кого ти тільки такий вдався...

Невже тобі важко запам'ятати, що...

У моєї подруги дитина — просто ангел, а ти в мене...

#### **«ПОТРІБНІ» ЗВЕРТАННЯ ДО ДИТИНИ:**

Вирішимо все разом...

Як ти вважаєш...

Мій любий...

Це ти добре придумав(ла)...

Таке тільки ти міг придумати...

Я не сумніваюся, що ти в мене найрозумніший(а)...

Я так вдячна долі, що ти в мене є...

Впевнена, що ти зможеш...

Я завжди знала, що моя дитина найкраща...

Сім'я - це те первинне середовище, де дитина повинна вчитися робити добро.

*В. Сухомлинський*

Підтримуйте дитяче прагнення бути хорошим, бережіть його як найтонший порух людської душі, не зловживайте своєю владою, не перетворюйте мудрість батьківської влади на деспотичне самодурство.

*В. Сухомлинський*

### **Народні приказки та прислів'я**

Малі діточки - що ясні зірочки: і світять, і тішать у темну ніченьку.

Діти - як квіти: поливай, то ростимуть.

Дітки плачуть, а в матері серце болить.

Нащо ліпший клад, коли в дітках лад.

Не доспи, не доїж, а дитину потіш.

Великі діти - великі й клопоти.

Мала дитина - не виспишся, більша дитина - не наїсися, велика дитина - не вбережешся.

Умієш дітей родити - умій же їх вчити.

Любо й неньці, як дитина в честі.

Як не навчиш дитину в пелюшках, то не навчиш і в подушках.

Учи дітей не страхкою, а ласкою.

Не та мати, що народила, а та, що виховала й вигодувала.

Не той батько, що зродив, а той, що до ума довів.

Батьків хліб не навчить, як треба жить.

Як батька покинеш, то й сам загинеш.

Шануй батька й неньку, буде тобі скрізь гладенько.

## *Пам'ятка батькам від дитини*

1. Не розбещуйте мене, цим ви мене псуєте. Я дуже добре знаю, що не обов'язково надавати мені все, що я вимагаю. Я просто випробовую вас.
2. Не бійтеся бути вимогливими зі мною. Я надаю перевагу саме такому підходу. Це дозволяє мені визначитись.
3. Не покладайтесь на силу у стосунках зі мною. Це привчить мене до того, що зважати слід лише на силу. Я відгукнусь з більшою готовністю на ваші ініціативи.
4. Не будьте непослідовними. Це збиває мене з пантелику і змушує вперто намагатися у всіх випадках залишати останнє слово за собою.
5. Не давайте обіцянок, яких ви не можете виконати – це похитне мою віру у вас.
6. Не піддавайтесь на мої провокації, коли я кажу або роблю щось тільки для того, щоб роздратувати вас. А то надалі я намагатимуся досягти ще більших перемог.
7. Не засмучуйтеся занадто від моїх слів: «Я вас ненавиджу». Я не це маю на увазі. Я просто хочу, щоб ви пошкодували за тим, що мені зробили.
8. Не змушуйте мене почувати себе меншим, ніж я є насправді. Я відіграюся над вами за це, ставши «плаксою».
9. Не робіть для мене і за мене те, що я у змозі зробити сам: я використовуватиму вас як обслугову.
10. Не дозволяйте моїм «поганим звичкам» притягувати до мене надмірну частку вашої уваги. Це тільки надихне мене на їх продовження.
11. Не нарікайте на мене у присутності сторонніх людей. Я зверну більше уваги на ваше зауваження, якщо ви скажете мені все спокійно віч-на-віч.
12. Не намагайтеся обговорювати мою поведінку у самий розпал конфлікту. За деякими об'єктивними причинами мій слух притупляється в цю мить, а бажання співпрацювати з вами зникає. Буде нормально, якщо ви зробите певні кроки, але давайте поговоримо про це пізніше.
13. Не намагайтеся читати мені нотації. Ви будете здивовані, дізнавшись, що я чудово розумію, що таке «добре» і «погано».
14. Не змушуйте мене відчувати, що мої провини – смертельний гріх: я повинен навчитися робити помилки без відчуття, ніби я ні на що не придатний.
15. Не вимагайте від мене пояснень, навіщо я це зробив: я інколи сам не розумію, чому чиню так, а не інакше.
16. Не піддавайте надто великому іспитові мою чесність: заляканий, я легко перетворюся на брехуна.
17. Не забувайте, що я люблю експериментувати: саме так я пізнаю світ, тому, будь ласка, змиріться з цим.
18. Не захищайте мене від наслідків моїх власних помилок: я вчуся на

власному досвіді.

19. Не намагайтесь здихатись мене, коли я ставлю відверті запитання: якщо ви не будете давати на них відповіді, я шукатиму інформацію «на стороні».

20. Ніколи не натякайте, що ви – досконалі і безгрішні: це дає мені відчуття марності спроб зрівнятися з вами.

21. Нехай мої страхи не викликають у вас надмірного хвилювання, інакше я буду лякатися ще більше: покажіть мені, що таке мужність.

22. Не забудьте, що я не можу успішно розвиватися без розуміння і підбадьорювання, але похвала, коли вона чесно отримана, іноді все ж забувається, а

прочуханка, здається ніколи.

23. Не забувайте поділитися зі мною своїми досягненнями і невдачами, тоді і я відкриватиму вам свої таємниці, чекатиму вашої поради, підтримки.

24. Ставтеся до мене так, як ви ставитеся до своїх друзів. Тоді я також стану вашим другом. Я вчуся, наслідуючи приклади, а не під впливом критики. І крім того,

я вас так сильно люблю. Будь ласка, ставтеся до мене з такою ж любов'ю.

### ***Сім батьківських заповідей***

1. Не вважайте дитину своєю власністю – вона Божа.

2. Любіть її такою, як вона є, навіть якщо вона не надто талановита, не в усьому досягає успіху.

3. Не очікуйте, що вона виросте саме такою, якою хочете ви, - допоможіть їй стати собою.

4. Запам'ятайте: найголовніший ваш обов'язок – розуміти й втішати. Ви - не суддя, не приклад для наслідування, а людина, на грудях якої можна виплакаться і у

п'ять, і в п'ятдесят років.

5. Не переймайтесь, якщо не можете чогось зробити для сина чи дочки. Найгірше, якщо можете, але не робите.

6. Усвідомте: для дитини зроблено замало, якщо зроблено не все.

7. Не очікуйте на вічну вдячність: ви дали життя, своїй дитині, вона віддячить

вашим онукам.

### ***Як знизити напругу у дитини перед іспитами***

1. Допоможіть дитині усвідомити те, що кількість балів не є ідеальним виміром її можливостей.

2. Націлюйте дитину на позитивний результат.

3. Створіть дитині сприятливі, доброзичливі, комфортні умови напередодні іспиту.

4. Підбадьорюйте дитину, хваліть її за те, що вона робить добре.

5. Частіше говоріть дитині, що ви вірите в неї, у її сили й можливості, що в неї все вийде.

6. Забезпечте оптимальний режим дня дитини, щоб запобігти її перевтомі:

допоможіть раціонально розподілити час між підготовкою та відпочинком, щоб

уникнути перевтоми.

7. Зверніть увагу на харчування дитини: під час інтенсивної розумової напруги їй необхідна різноманітна їжа і збалансований комплекс вітамінів.

Такі

продукти, як, сир, горіхи, курага і т.п., стимулюють роботу головного мозку.

8. Не критикуйте дитину після іспиту.

9. Напередодні іспитів забезпечте повноцінний відпочинок. Дитина повинна виспатись.

### *У спілкуванні зі своїми дітьми:*

1. Радійте вашому синові, доньці.
2. Розмовляйте з дитиною турботливим, підбадьорюючим тоном.
3. Коли дитина з вами розмовляє, слухайте уважно, не перериваючи.
4. Установіть чіткі та визначені вимоги до дитини.
5. У розмові з дитиною називайте як можна більше предметів, їх ознак, дій з ними.
6. Ваші пояснення повинні бути простими та зрозумілими.
7. Розмовляйте чітко, ясно.
8. Будьте терплячими.
9. Спочатку запитуйте «що?», а потім «для чого?», «чому?».
10. Заохочуйте в дитини прагнення ставити запитання.
11. Заохочуйте цікавість, пізнання та уяву вашої дитини.
12. Частіше хваліть дитину.
13. Заохочуйте ігри з іншими дітьми.
14. Турбуйтеся про те, щоб у дитини були нові уявлення, про які вона могла б розповісти.
15. Намагайтеся, щоб дитина разом з вами щось робила по господарству.
16. Намагайтеся проявляти інтерес до того, що їй цікаво робити (малювати, співати тощо).
17. Не втрачайте почуття гумору.
18. Грайте з дитиною в різні ігри.
19. Частіше робіть щось спільно, усієї сім'єю.
20. Частіше спілкуйтеся зі спеціалістами, читайте книги про виховання дитини.



*Школа – ваш вірний союзник і помічник. Звертайтеся до педагогів, вони завжди відгукнуться на ваші прохання і допоможуть у вихованні дитини!*

### ***Як навчити дитину жити?***

Поговоримо про певне поведження, яке допомагає людям спілкуватися і приймати правильні рішення в різноманітних ситуаціях. Уявіть, що відбувається, коли люди вперше зустрічаються одне з одним. Швидше за все, вони стоять віч-на-віч, посміхаються, потискають руки, називають свої імена і говорять щось на зразок: «Приємно познайомитися». Це приклад того, як послідовність вчинків становить певні навички, які застосовуються при знайомстві.

Чому повинні вчити батьки? ***Корисні поради:***

Навчайте кожній навичці поступово. Деякі важливі навички описані на сторінці сайту школи "Учневі на допомогу" в розділі "Поради і рекомендації". Зверніть увагу на те, що потрібно докладно пояснити дітям, коли вони можуть скористатися кожною з них і чим це їм допоможе.

Постарайтеся, щоб це навчання робило дітям приємність. Наприкінці обов'язково похваліть дитину або дайте яку-небудь винагороду за навчання.

І, нарешті, запасіться терпінням. Після того як дитина засвоїть нову навичку, їй знадобиться якийсь час, перш ніж ця навичка стане для неї звичкою. Не можна за один раз навчитися ковзатися, так само, як уперше сівши за кермо, не можна навчитися водити машину. Для того щоб у чомусь мати успіх, потрібна практика, практика і ще раз практика.

Набувши навичок, ваша дитина зможе не тільки легко спілкуватися з оточуючими, але й одержить тверду опору для того, щоб досягати успіхів у повсякденному житті. Не втрачайте часу і починайте навчати своїх дітей прийнятним нормам поведіння.



**Батьки мають вміти те, що вже роблять діти!**

### **Передача контенту**

**Контент** (з англ. – зміст, вміст) – будь-яке інформаційно-значиме наповнення інформаційного ресурсу (тексти, ігри, графіка, мультимедіа).

**Мобільний контент** – це цифровий контент, адресований власникам мобільних пристроїв.

Є декілька способів:

- MMS повідомлення;
- За допомогою Bluetooth® (блютус);
- ІЧ- порт, IrDA (*Інфра червоний порт*).

**Bluetooth** — це технологія бездротового зв'язку, створена у 1998 році. Основне призначення *Bluetooth* - забезпечення економного (з точки зору спожитого струму) і дешевого радіозв'язку між різноманітними типами електронних пристроїв, таких як мобільні телефони та аксесуари до них, портативні та настільні комп'ютери. Можливості *Bluetooth* дозволяють передавати будь-яку інформацію у вигляді файлів на відстань до 100 метрів.

Тому будь-який файл підліток може прийняти/передати за допомогою Блютус. При цьому підлітки можуть бути не знайомі і не бачити один одного та знаходитись у різних приміщеннях.

**MMS** - послуга мультимедійних повідомлень (англ. *Multimedia Messaging Service, MMS*) — стандарт, який дозволяє пересилати між мобільними пристроями повідомлення з мультимедійним змістом (зображення, звук тощо).

Але, на відміну від **Bluetooth** ця послуга надається оператором мобільного зв'язку, є платною та має обмеження, які встановлюються оператором, а саме, ціна, кількість повідомлень та максимальний об'єм даних.

**IrDA** - *Інфра червоний порт* (англ. *Infrared Data Association*) є одним із стандартів передачі даних на малі відстані за допомогою інфрачервоного випромінювання.

Тобто, ІЧ-порт є аналогом **Bluetooth**, але на відміну від останнього, має малий радіус дії, не більше 10-20 сантиметрів.

### **Замовлення контенту через SMS**

1. Абонент відправляє SMS з кодом контенту на короткий номер оператора (компанії, які надають послуги мобільного зв'язку).
2. Оператор (без аналізу вмісту) перенаправляє отримане SMS до контент-провайдера (компанія, яка займається розповсюдженням контенту – картинки, музика, ігри, фото, кліпи тощо) згідно з укладеною угодою.



Договір включає ряд додатків, в яких описується сервіс, правила участі і контент, що надається.

3. При вдалій передачі SMS від оператора до контент-провайдера відбувається тарифікація (з абонента знімаються гроші). Деякі оператори знімають гроші при передачі зворотного SMS від контент-провайдера до оператора.
4. Контент-провайдер опрацьовує отримане SMS та, згідно з вказаним кодом, відкриває відповідне WAP-посилання на вказаний контент. Посилання відправляється у зворотному SMS від контент-провайдера до оператора.
5. Оператор отримує SMS і відправляє (без аналізу вмісту) його абонентові.
6. Абонент заходить на вказане в SMS WAP-посилання та закачує контент на телефон. (З'єднання відбувається через PROXY-оператора, який здійснює лише тарифікацію без додаткового аналізу).

#### **Замовлення контенту через IVR (в основному звуковий контент)**

1. Абонент телефонує на короткий номер.
2. Оператор перенаправляє дзвінок до контент-провайдера (або підрядчика контент-провайдера) згідно з укладеною угодою. Договір включає ряд додатків, в яких описується сервіс, правила участі і контент, що надається.
3. Система контент-провайдера відповідає на виклик (з цієї миті починається тарифікація. Тарифікується або з'єднання, або тривалість, або те і інше). Абонент через IVR-меню вибирає потрібний контент.
4. Контент-провайдер, посилаючись на вибраний в IVR-меню контент, формує відповідне WAP-посилання на цей контент. Посилка відправляється через SMS від контент-провайдера до оператора.
5. Оператор отримує SMS та відправляє (без аналізу вмісту) його абонентові (інколи оператор знімає додаткову плату з контент-провайдера за відправлення SMS, оскільки таке відправлення часто відбувається як рекламна розсилка, і дуже рідко є офіційно оформленою відповіддю на IVR-запит).
6. Абонент заходить на WAP-посилання, яке вказане в SMS, і закачує контент на телефон. (З'єднання відбувається через PROXY-оператора, який здійснює лише тарифікацію без додаткового аналізу).

#### **Закачування контенту з WAP-порталу**

1. Абонент заходить на посилання WAP-порталу. (З'єднання відбувається через PROXY-оператора, який здійснює лише тарифікацію без додаткового аналізу).
2. Вибирає потрібний йому контент.
3. Закачує вибраний контент.

#### **Як захистити дітей від закачування контенту з небажаним змістом.**

1. Оператори надають можливість перегляду всіх витрат певного мобільного номеру. Варто домовитися з дитиною, що ви будете переглядати ці дані, або включити цю послугу без її відома, але для цього вам буде потрібний телефон дитини.

2. Вияснивши, що дитина використовувала послуги контент-провайдера, слід зателефонувати в call-центр оператора і довідатися:

- якому контент-провайдеру належить цей короткий номер або WAP-портал;
- якого роду інформація надається через даний сервіс;
- чи є на цьому порталі інформація еротичного чи порнографічного характеру;
- контактну адресу call-центру контент-провайдера.

3. У call-центрі контент-провайдера Ви можете з'ясувати, який контент був замовлений з номера вашої дитини, при цьому не варто інформувати, що це не ваш особистий номер. Контент-провайдер може відмовитися надати таку інформацію.

4. Одночасно з'ясуйте, яку інформацію можливо замовити за даним коротким номером (зателефонуйте на цей номер або зайдіть на WAP-портал).

Подивіться в телефоні дитини, чи збереглося SMS з номером замовленого контенту, або зворотне SMS з WAP-посиланням, або перевірте історію сторінок, які відвідувала дитина, в браузері телефону. Якщо ви переконалися в тому, що сервіс, яким користувалася ваша дитина, містить інформацію еротичного, порнографічного чи іншого небажаного характеру, і цю інформацію дитина вже отримала (що буває найчастіше), потрібно звернутися до call-центру оператора.

Вибір за Вами.

### **Діти в Інтернет**

Проблема безпеки дітей в мережі Інтернет вже не здається Україні такою далекою. Ніхто не може заперечити, що на сьогоднішній день вона постала особливо гостро.

Відомо, що підлітки у період заниженої самооцінки шукають підтримки серед своїх друзів, а не у родинному колі. Старші підлітки, бажаючи незалежності, мають потребу ототожнювати себе з певною групою й схильні порівнювати цінності своєї сім'ї та своїх товаришів.

### **Що роблять підлітки в он-лайні**

В он-лайні підлітки завантажують музику, використовують обмін миттєвими повідомленнями, електронну пошту та грають в он-лайнкові ігри. За допомогою пошукових серверів підлітки знаходять інформацію будь-якого змісту та якості в мережі Інтернет. Більшість підлітків реєструються у приватних чатах та спілкуються на будь-які теми, видаючи себе за дорослих. Хлопці в цьому віці надають перевагу всьому, що виходить за межі дозволеного: брутальний гумор, насильство, азартні ігри, еротичні та порно сайти. Дівчатам, які мають занижену самооцінку, подобається розміщувати провокаційні фото, вони схильні на фривольні розмови, видаючи себе за дорослих жінок, в результаті чого стають жертвами сексуальних домагань.

## Як забезпечити безпеку дітей в мережі Інтернет

Пропонуємо декілька рекомендацій, які слід взяти до уваги:

- розміщуйте комп'ютери з Internet-з'єднанням поза межами кімнати вашої дитини;
- поговоріть зі своїми дітьми про друзів, з яким вони спілкуються в он-лайн, довідайтесь як вони проводять дозвілля і чим захоплюються;
- цікавтесь які веб сайти вони відвідують та з ким розмовляють;
- вивчіть програми, які фільтрують отримання інформації з мережі Інтернет, наприклад, Батьківський контроль в Windows\*;
- наполягайте на тому, щоб ваші діти ніколи не погоджувалися зустрічатися зі своїм он-лайнним другом без Вашого відома;
- навчіть своїх дітей ніколи не надавати особисту інформацію про себе та свою родину електронною поштою та в різних реєстраційних формах, які пропонуються власниками сайтів;
- контролюйте інформацію, яку завантажує дитина (фільми, музику, ігри, тощо);
- цікавтесь чи не відвідують діти сайти з агресивним змістом;
- навчіть своїх дітей відповідальному та етичному поведженню в он-лайн. Вони не повинні використовувати Інтернет мережу для розповсюдження пліток, погроз іншим та хуліганських дій;
- переконайтеся, що діти консультуються з Вами, щодо будь-яких фінансових операцій, здійснюючи замовлення, купівлю або продаж через Інтернет мережу;
- інформуйте дітей стосовно потенційного ризику під час їх участі у будь-яких іграх та розвагах;
- розмовляйте як з рівним партнером, демонструючи свою турботу про суспільну мораль.

Використовуючи ці рекомендації, Ви маєте нагоду максимально захистити дитину від негативного впливу всевітньої мережі Інтернет. Але пам'ятайте, Інтернет, це не тільки осередок розпусти та жорстокості, але й найбагатша в

світі бібліотека знань, розваг, спілкування та інших корисних речей. Ви повинні навчити свою дитину правильно користуватися цим невичерпним джерелом інформації.

***Та найголовніше, дитина повинна розуміти, що Ви не позбавляєте її вільного доступу до комп'ютера, а, насамперед, оберігаєте. Дитина повинна Вам довіряти.***

### **\*Батьківський контроль у Windows Vista**

З появою нової операційної системи Windows Vista, до складу якої увійшли засоби батьківського контролю (Parental Control), з'явилась можливість легко контролювати отримання дітьми інформації і забезпечити їх захист під час роботи на комп'ютері.

За допомогою засобів батьківського контролю є можливість встановити:

- обмеження часу, який дитина проводить за комп'ютером;
- обмеження часу, протягом якого діти можуть входити у систему, зокрема, дні тижня і години, коли доступ дозволено (в інший, не зазначений Вами час, діти не зможуть користуватися комп'ютером. Якщо дозволений час закінчиться, а дитина ще працює за комп'ютером, відбудеться автоматичний вихід із системи;
- обмеження доступу дітей до мережі Інтернет за допомогою веб-фільтра батьківського контролю.

Завдяки спеціальному веб-фільтру Ви одержуєте можливість встановити низку обмежень на доступ дітей до мережі Інтернет, зокрема:

- заборонити доступ до окремих ігор (ви можете блокувати ігри на підставі вікової категорії та оцінки вмісту, а також заборонити доступ до певних ігор);
- обмежити активність в мережі Інтернет (ви можете блокувати доступ до веб-сайтів, обираючи рівень обмеження об'єму інформації; вказати, яку інформацію за тематикою та змістом фільтри пропускатимуть, а яку блокуватимуть; заблокувати або дозволити доступ до окремих веб-сайтів; заборонити або дозволити завантаження файлів);
- заборонити використання окремих програм.

Більш детально з можливостями веб-фільтра батьківського контролю можна ознайомитись на офіційному веб-сайті Майкрософт.

З приводу порушень законодавства України у сфері захисту суспільної моралі звертайтеся до Національної експертної комісії України з питань захисту суспільної моралі.



### ***Як можна допомогти дитині добре поводитись?***

Більшість батьків замислюються, чи правильно вони себе поведуть з дитиною. Звичайно, немає ідеальних батьків. Усі вони мають труднощі й іноді не впевнені, чи добре виховують своїх дітей. Однією з проблем, що найбільше непокоїть батьків, є питання поведінки: що треба зробити аби діти поведилися добре? Скористайтеся нашими порадами.

### ***Подавайте дітям приклад хорошої поведінки***

Діти вчаться, наслідуючи поведінку дорослих. Ваша поведінка - приклад для наслідування.

### ***Змінюйте оточення, а не дитину***

Краще тримати цінні, крихкі та небезпечні предмети у недоступних для дітей місцях, аніж потім карати дітей за їхню природну цікавість.

### ***Висловлюйте свої бажання позитивно***

Кажіть дітям, чого Ви від них очікуєте, замість того, чого НЕ бажаєте.

### ***Висувайте реальні вимоги***

Запитуйте себе, чи відповідають Ваші вимоги віку дитини, ситуації, в якій вона опинилася. Ви маєте бути більш терпимими до маленьких та хворих дітей.

### ***Не надавайте надто великого значення заохоченням і покаранням***

В міру дорослішання дитини покарання і заохочення стають все менш результативними. Поясніть причину, яка впливає на Ваше рішення. Прагніть до компромісу у спілкуванні зі старшими дітьми, а з меншими - використовуйте тактику переключення уваги.

### ***Обирайте виховання без побиття та крику***

На початку це може здаватися результативним, однак незабаром виявиться: щоразу Ви змушені бити все з більшою силою, щоб досягти бажаного результату. Крик або постійні докори є також шкідливими та можуть призвести до тривалих проблем емоційного характеру. Покарання не допомагають дитині виробити навички самоконтролю і поваги до інших.

## **Факти, що можуть Вас здивувати...**

### ***Діти часто не розуміють, чому їх покарано***

Дослідження доводять, що вимоги дорослих часто видаються дітям незрозумілими. Пам'ятайте, коли дитина дістала ляпас, вона стає надто сердитою, знервованою та збудженою, тому не може зрозуміти, за що і чому її покарано.

### ***Допомагайте дітям вести себе краще, даючи їм вибір***

Не сперечайтесь з дітьми про справи, які не мають великого значення. Дозвольте їм зробити вибір: нехай вони самі вирішують, у що одягатися чи що їсти. Це попередить прояви образи та непокори з боку дитини. Вона не дорікатиме, що Ви її постійно контролюєте.

## *Діти мають право на позитивне ставлення до себе*

Уряд України зобов'язався дотримуватись принципів Конвенції Організації Об'єднаних Націй з прав дитини. В ній виголошено, що діти мають права, одним з яких є право на захист від будь-яких форм фізичного і психічного насильства та навмисного приниження.

### **Десять кроків, щоб стати кращими батьками**

1. **Любов є найважливішою потребою усіх дітей і однією з основних передумов позитивної поведінки дитини.** Батьківська любов допомагає дитині формувати впевненість у собі, викликає почуття власної гідності.
2. **Прислуховуйтеся до того, що говорить Ваша дитина.** Цікавтеся тим, що вона робить і відчуває.
3. **Всі взаємостосунки, в тому числі й ті, що будуються на любові й довірі, потребують певних обмежень.** Батьки самі мають визначити ці обмеження для дітей. Пам'ятайте, що порушення дітьми будь-яких обмежень є для них природним процесом пізнання, і не варто це розцінювати як прояв неслухняності. Діти почуваються більш безпечно, коли батьки також дотримуються визначених ними обмежень.
4. **Сміх допомагає розрядити напружену ситуацію.** Часом батьки бувають занадто серйозними. Це заважає їм сповна відчувати радість батьківства. Вмійте побачити веселі моменти й дозволяйте собі сміх при кожній нагоді.
5. **Намагайтесь побачити світ очима Вашої дитини і зрозуміти її почуття.** Пригадайте, як Ви почувалися. Коли були дитиною, і яким незрозумілим здавався Вам світ дорослих, коли в Вами чинили несправедливо.
6. **Хваліть і заохочуйте дитину.** Сподівайтесь, що дитина поводитиметься добре, й заохочуйте докладати зусиль для цього. Хваліть її за хорошу поведінку.
7. **Поважайте свою дитину так, як поважали б дорослого.** Дозвольте дитині брати участь у прийнятті рішень, особливо тих, що стосуються її. Прислухайтесь до думки дитини. Якщо Ви змушені сказати дитині щось неприємне, подумайте, яким чином Ви сказали б це дорослому. Вибачайтесь, якщо вчинили неправильно по відношенню до дитини.
8. **Плануйте розпорядок дня дитини.** Малі діти почуватимуться більш безпечно, якщо дотримуватимуться чіткого розпорядку дня.
9. **У кожній сім'ї є свої правила.** Будьте послідовними і їх дотриманні, про намагайтесь виявляти певну гнучкість щодо дотримання цих правил маленькими дітьми. Діти можуть бути введені в оману, якщо одного дня правило виконується, а іншого – відмінюється.

10. Не забувайте про власні потреби! Коли батьківство починає надто нагадувати важку працю, і ви відчуваєте, що Вам бракує терпіння, приділіть трохи часу лише собі. Робіть те, що приносить Вам задоволення. Якщо Ви розумієте, що втрачаєте контроль над собою і можете накричати на дитину, образити, принизити чи вдарити її, залиште дитину на кілька хвилин, порухайте до десяти і заспокойтеся.

**Шановні батьки!** Пам'ятайте, що ваша сім'я – найперша і найважливіша ланка виховання, оскільки саме в ній закладається духовне ядро особистості, основи її моралі, народжуються і поглиблюються любов до батьків, сім'ї, роду, народу, до усього живого, повага до рідної мови, історії, культури. Взірцем гуманних якостей маєте бути насамперед ви самі, характер взаємин у вашій сім'ї.

**Отож:**

- Шануйте одне одного, будьте чуйними, уникайте сварок і образ.
- Показуйте дітям приклад доброзичливого ставлення до інших членів сім'ї, сусідів, співробітників, а також до незнайомих людей, що потребують допомоги.  
Пам'ятайте: діти копіюють дії дорослих і насамперед батьків!
- Стежте, щоб ваші слова не розходилися з вашими справами. Молодший підліток дуже спостережливий і допитливий, і навіть невеличка фальшива нотка у сімейному оркестрі може спровокувати недовіру вашої дитини. Батькові слід узгоджувати свої дії стосовно дитини з діями її матері, матері – із діями батька. Пам'ятайте: «Якщо батько каже «так», а мати – «сяк» - росте дитина як будяк!»
- Будьте моральним зразком для своєї дитини. Ваші син або дочка – уже підлітки, і їм властиве критичне ставлення до ваших якостей. Тому не тупцюйте на місці, «зростаєте» разом із вашими дітьми, щоб вони відчували гордість за батьків, бажання бути схожими на вас.  
Пам'ятайте: успіх виховання залежить від мудрого поєднання любові до дитини з вимогливістю до неї.
- Шануйте дитину, її гідність і почуття. Вмійте поставити себе на її місце, цікавтеся її успіхами і невдачами.  
Пам'ятайте: тільки з повагою до юної особистості можемо навчити її



шанувати інших.

- Вправляйтеся зі своїми дітьми в гуманних учинках. Організуйте їхнє життя так, щоб вони на ділі могли піклуватися про тих, хто цього потребує (молодший брат або сестра, старенькі бабуся або дідусь, хворі в сім'ї) і допомагати старшим (правильний розподіл домашніх обов'язків), щоб вони були готові допомогти своїм друзям, щоб завжди були чемними.
- Пам'ятайте, що, виховуючи дітей, ви виконуєте не тільки батьківський, а й громадський обов'язок.