

**центр педагогики и психологии  
поддержки родителей**

**«Шаги к  
ПОЗИТИВНОМУ  
родительству».**

---

**ПОЗИТИВНОЕ РОДИТЕЛЬСТВО:  
СЛУШАТЬ, СЛЫШАТЬ, БЫТЬ УСЛЫШАННЫМ  
2023-2024 УЧ.ГОД**

## *Шаг 1. Заведите дневник или таблицу*

---

Сюда вы будете записывать свои достижения и провалы на пути к позитивному родительству. Ежедневно анализировать и выявлять проблемы, смотреть на ситуацию в динамике. Здесь же вы сможете отмечать, уделите ли вы ребенку достаточно времени, обсудили ли его впечатления от пройденного дня перед сном.

## Шаг 2. Вовлекайте ребенка в процесс

---

Сделайте для ребенка календарь важных дел, за выполнение которых он будет получать стикеры. Туда можно включить выполнение уроков, уборку в комнате и даже хорошее поведение во время поездки к бабушке. Главное, чтобы он осознанно взял на себя ответственность придерживаться плана и понимал, как выполнять каждый из пунктов.

## *Шаг 3. Учитесь объяснять и просить, а не требовать и предъявлять*

---

Вместо того, чтобы запрещать ребенку что-то – объясните в позитивном ключе, почему это плохая идея. Учитесь аргументировать свои возражения. Не забывайте говорить ребенку о причинно-следственной связи его действий и их последствий.

## Шаг 4. Начните слушать и слышать ребенка

Учитесь слушать и понимать ребенка. Не читайте лекции и не морализируйте. Внимательно выслушайте и уважительно объясните, почему ваша точка зрения не совпадает. Будьте последовательны, чтобы ваши слова и действия совпадали.

Например, если объясняете ребенку, что дорогу по правилам нужно переходить на зеленый сигнал светофора, сами не перебегайте на красный, даже если машин на проезжей части нет.

## *Шаг 5. Делайте акцент на успехах, а не промахах*

---

Выражайте одобрение правильным действиям ребенка. Например, если он сделал домашнее задание по математике, но ошибся при решении нескольких примеров, не ругайте. Необходимо его поддержать и вместе с ним разобраться в решении примеров, в которых была допущена ошибка. Дать ему возможность самостоятельно найти правильный ответ

## *Шаг 6. Думайте наперед*

---

Прогнозируйте сложные ситуации и продумайте их решение. Если вам предстоит долгое путешествие, придумайте какое-нибудь развлечение для ребенка в дороге. Это могут быть игры или задание – например, подсказывать дорогу (даже если вы ее прекрасно знаете).

# Шаг 7. Задавайте правильные вопросы

---

Обсуждая с ребенком какие-либо проблемы, акцентируйте его внимание на вопросах:

- «В чем состоит проблема?»,
- «Что можно сделать для ее решения»,
- «Что случится, если...?»,
- «Какое решение лучше выбрать?»,
- «Сработало ли решение?».

Так ребенок научится думать и принимать решения взвешенно и самостоятельно.