***СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ***

**Мы постоянно сравниваем себя с другими людьми и на основе этого сравнения вырабатывается мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах характера и человеческих качествах. Так постепенно складывается наша самооценка.**

 **Несколько советов родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки:**

- не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовольствие от сделанного;

- не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком;

- поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но так же покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его;

- не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого;

- показывайте своим примером адекватность отношений к успехам и неудачам. Оценивайте вслух возможности и результаты дела;

- не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).

**ВЫПИСКА ИЗ « КОНВЕНЦИИ О ПРАВАХ РЕБЕНКА »**

***Права ребенка являются правами человека. Дети в конце концов, это люди! Люди, находящиеся в пути в более справедливый мир.***

6. Каждый ребенок имеет право на жизнь.

7. Основное право на имя, фамилию, гражданство.

8. Основное право на воссоединение семей.

12. Каждый ребенок имеет право быть выслушанным.

13. Право на собственное мнение и свободное мышление.

14. Свобода мысли, свобода совести, свобода религии.

15. Право на собрания.

16. Право на свою личную сферу.

17. Право на информацию.

18. Помощь и поддержка родителей.

24. Право на охрану здоровья.

26. Страховая защита детей.

27. Право на удовлетворение основных потребностей ребенка.

28. Право на образование.

31. Право на досуг и отдых.

32. Защита ребенка от эксплуатации детского труда.

33. Запрет для детей пользоваться сильнодействующими фармакологическими средствами и наркотиками.

35. Запрет торговли детьми.

37. Защита детей, совершивших уголовно-наказуемое деяние.

38. Защита детей от участия в войне и от военной службы.

39. Защита и свобода в отношении детей, ставших жертвами насилия.

**Памятка для родителей**

**«Нет!Жестокому обращению с детьми!»**

В последнее время участились случаи жестокого обращения с детьми, и особенно со стороны родителей. Многие родители или лица, их заменяющие, ударив ребенка, определяют свой поступок как один из способов воспитания. Однако по закону такой поступок уже считается противоправным, и взрослый человек может понести серьезное наказание. Уголовный кодекс РФ предусматривает ответственность:

       \*   за совершение физического и сексуального насилия, в том числе и в отношении несовершеннолетних (ст. 106-136);

\*        за преступления против семьи и несовершеннолетних (ст. 150 - 157) Семейный кодекс РФ гарантирует:

\*        право ребенка на уважение его человеческого достоинства (ст. 54)

\*        право   ребенка   на   защиту   и   получение   помощи   от   органа   опеки   и попечительства, обязанного принять меры по защите ребенка (ст. 56)

\*        лишение родительских прав как меру защиты детей от жестокого обращения с ними в семье (ст. 69)

\*        немедленное   отобрание   ребенка   при   непосредственной   угрозе   жизни   и здоровью (ст. 77)

Закон РФ «Об образовании» утверждает право детей, обучающихся во всех образовательных учреждениях, на уважение их человеческого достоинства (ст. 44) и предусматривает административное наказание педагогических работников за допущенное физическое или психическое насилие над личностью ребенка (ст. 48)

**ЗАПОВЕДИ МУДРОГО РОДИТЕЛЯ**

Ребенка нужно не просто любить, этого мало. Его нужно уважать и видеть в нем личность. Не забывайте также о том, что воспитание - процесс «долгоиграющий», мгновенных результатов ждать не приходится. Если малыш не оправдывает ваших ожиданий, не кипятитесь. Спокойно подумайте, что вы можете сделать, чтобы ситуация со временем изменилась.

**1.   Не пытайтесь сделать из ребенка «самого-самого».**

Так не бывает, чтобы человек одинаково хорошо все знал и умел. Даже самые взрослые и мудрые на это не способны. Никогда не говорите: «Вот Маша в 4 года уже читает, а ты?» или «Я в твои годы на турнике 20 раз подтягивался, а ты тюфяк-тюфяком». Зато ваш ребенок клеит бумажные кораблики, разбирается в компьютере. Наверняка найдется хоть одно дело, с которым он справляется лучше других. Так похвалите его за то, что он знает и умеет, и никогда не ругайте за то, что умеют другие!

**2.Не сравнивайте вслух ребенка с другими детьми.**

Воспринимайте рассказ об успехах чужих детей просто как информацию. Ведь вас самих сообщение о том, что президент Уганды (ваш ровесник, между прочим) награжден очередным орденом, не переполняет стыдом и обидой? Если разговор о том, что «Митенька из второго подъезда непревзойденно играет на скрипке» происходит в присутствии вашего ребенка, найдите, за что можно похвалить и его.

**З. Перестаньте шантажировать.**

Навсегда исключите из своего словаря такие фразы; «Вот я старалась, а ты...»,  «Я тебя растила, а ты...»  Это, уважаемые родители на языке Уголовного кодекса называется шантаж, и это - самая несчастная и неэффективная из всех попыток устыдить. На подобные фразы 99% детей отвечают: «А я не просил меня рожать».

**4.Не ругайте ребенка прилюдно.**

Если действительно возникает ситуация, вгоняющая вас в краску (ребенок нагрубил старику,  устроил истерику в магазине), нужно твердо и решительно увести малыша с места происшествия. Чувство собственного достоинства присуще не только взрослым, поэтому очень важно, чтобы разговор состоялся без свидетелей. После этого спокойно объясните, почему так делать нельзя. Вот тут пристыдить ребенка вполне уместно. Главное не забывать, что у всего должна быть мера.

Если вы будете соблюдать эти нехитрые рекомендации, возможно, у вас получится наладить взаимоотношения с самым дорогим существом в жизни - вашим ребенком!