**Советы по воспитанию детей младшего школьного возраста**

Дети младшего школьного возраста много времени посвящают общению со сверстниками. На первый взгляд, это спасение для занятых родителей, а на второй – проблема. Вы рискуете оказаться с ребёнком в «разных мирах». Изменения появятся не сразу, но, поверьте, ваш авторитет, как родителя, ослабеет. Ведь поведение сына или дочери будет формироваться не дома, а под влиянием друзей.

Ваша цель в ближайшие годы – добиться доверительных взаимоотношений с ребёнком. Так вы справитесь с чрезмерным влиянием сверстников и создадите прочную основу для общения с детьми, когда они достигнут подросткового возраста.

В этом материале я расскажу про принципы выстраивания прочных и доверительных отношений с детьми школьного подросткового возраста.

**1. Сохраняйте контакт с ребёнком**

В наше время дети самодостаточны. Они сильно ориентированы на сверстников. Поэтому в выходные родители почти не общаются с детьми. Ваша основная задача – [сохранение связи с ребёнком](https://zen.yandex.ru/media/ipsyholog/5-bystryh-sposobov-naladit-luchshii-kontakt-so-svoim-rebenkom-5c7f285f99264500b4199118). Не поддавайтесь уговорам разрешить ему «ещё немного» поиграть с друзьями.

Пусть он лучше проведёт время в семейном кругу – отложите дела на потом и посвятите себя простому общению с ребёнком. Ведь сейчас вы закладываете основу для позитивных отношений с будущим подростком.

Сохраняйте контакт с ребёнком. Именно сейчас вы закладываете основу для позитивных отношений с будущим подростком

**2. Создайте необычные семейные традиции**

Например, проводите воскресные завтраки все вместе, собирайте яблоки в сентябре или готовьте костюмы для праздничного маскарада в декабре, стройте скворечники весной и ходите на рыбалку летом, читайте книги по вечерам или перед сном.

Главное, не превращайте это в рутину. Чтобы укрепить контакт с детьми, придумайте такое занятие, чтобы каждый с нетерпением ждал этого семейного события.

Чтобы укрепить контакт с детьми, придумайте такое занятие, чтобы каждый с нетерпением ждал этого семейного события

**3. Отмечайте проявление самостоятельности в ребёнке**

С годами дети становятся всё более независимыми. В этом процессе каждый проявляет себя по-разному. [Периоды самостоятельности у ребёнка](https://zen.yandex.ru/media/ipsyholog/kak-nauchit-rebenka-samostoiatelnosti-3-vajnyh-shaga-dlia-roditelei-5c7ba173fa818600ae3858bc) в младшем школьном возрасте часто сменяются на несамостоятельность с требованием дополнительного внимания от вас. Можно сказать, что у ребёнка активизируется «внутренний малыш», которому нужно больше внимания.

Не настаивайте на том, чтобы дети всё время вели себя разумно, «по-взрослому». Дайте им возможность оставаться самими собой.

**4. Учите детей решать проблемы и договариваться**

Знаю, как это утомительно, – постоянно вести переговоры со своими детьми. Некоторые родители считают, что секрет воспитания терпеливого характера у ребёнка – это заставить его не перечить.

Такой метод подойдет, если хотите, чтобы ваши дети выросли людьми, которые следуют приказам и делают только то, что им говорят; чтобы они были открыты давлению со стороны сверстников и жили с постоянным чувством вины.

Я уже не говорю о том, что когда дети повинуются без вопросов, они превращаются во взрослых, которые слепо делают то, что им сказано. Так, выполняя приказы других, человек сходит с верного пути.

Если ребенок не может выразить собственное мнение, то есть вероятность, что он попадет под влияние сверстников, а также будет чувствовать себя беспомощным и ведомым в различных жизненных ситуациях.

Если хотите, чтобы ваш ребёнок взял на себя ответственность за поведение, он должен научиться думать самостоятельно, участвовать в решении проблемы, высказывая своё мнение.

Это не значит, что вы позволяете ребёнку делать всё, что он хочет. Дайте ему шанс добиваться своего с помощью достойных аргументов, действуя разумным, очаровательным, шуточным способом. Главное, чтобы решение проблемы подходило вам обоим. Применяйте эти способы, если хотите, чтобы ребёнок достиг своих целей в жизни.

Имея ввиду эти навыки, не разрешайте детям бесконечно ворчать на вас и, как результат, вопреки здравому смыслу, отменять свою точку зрения.

Важно, чтобы дети умели просить то, что им нужно и делали это, не через крики и нытьё, а чётко излагая свои мысли, аргументируя свою позицию. Не говорите сразу «нет», обязательно выслушайте их доводы, выскажите своё мнение и предложения. Если они справедливо опротестуют ваше решение, согласитесь, только обязательно скажите и обоснуйте – почему.

Дайте им время подумать над вашими словами и продолжайте диалог, пока не придёте к совместно выработанному решению.

**5. Познакомьте ребёнка с принципами здорового питания**

Настало время знать о том, что мы едим. Детям необходимо объяснить важность полезного питания не только дома, но и за его пределами.

Достаточно ли было сегодня белка? Кальция? Включал ли мой рацион овощи и фрукты? Подавайте хороший пример: не ешьте фастфуд, шоколад и печенье, употребляйте больше фруктов и овощей, читайте этикетки, следите за здоровым питанием. Не сидите на диете. Даже не говорите о ней. Она не помогает и может привести к депривации (ощущению лишения чего-либо), a результат – переедание.

Помните, что привычки питания с детства остаются на всю жизнь.

**6. Не перегружайте свой день**

Вчера было воскресенье. Муж должен был работать. Когда он спросил, что интересного я собираюсь делать с детьми, у меня не было планов. Признаюсь, я с нетерпением ждала этого дня, чтобы не вести детей на секцию плавания или на урок музыки. В городе Борисове ведь огромное количество способов интересно провести время.

Но я знаю, это похоже на оправдание, – шёл дождь, и если бы мы пошли, промокли бы до нитки. Поэтому пока с утра я убиралась в доме, дети (13 и 7 лет) превратили наш зал в игровую комнату с разбросанными повсюду вещами и игрушками. После обеда сыновья делали домашнюю работу, а дочь придумывала книгу знаний. Потом я читала дочке, а сыновья  играли в настольную игру. Уютный, тихий, спокойный, весёлый день с полным отсутствием электроники. Настоящий рай по сравнению с буднями, забитыми до отказа делами. Каждый ребёнок заслуживает таких дней. Каждую неделю. И я тоже! Кто-то считает их «днями спокойной семейной жизни». Я же называю их так: жизненно необходимые.

Не перегружайте свой день. Отдохните и проведите его вместе за приятными занятиями

**7. Ограничьте время пользования электроникой**

Это важно сделать, когда телефоны и компьютеры в жизни ребёнка начинают конкурировать с чтением книг. Известно, что неограниченное использование электроникой создает зависимость, от которой в будущем сложно избавиться. Конечно, ребёнок будет пользоваться техникой для выполнения домашней работы, и, если позволить, то чаще для развлечения.

Кто-то скажет, что лучше сидеть за видео-игрой, чем провести весь день у телевизора. Нет, ничем не лучше. Вы хотите, чтобы ваш ребёнок к шестнадцати годам превратился в компьютерного наркомана? Нет. У ребёнка может быть определённое [время на игры, просмотр роликов на youtube](https://zen.yandex.ru/media/ipsyholog/vliianie-interneta-na-psihiku-podrostkov-5d31643c0aca0500aec5bed2)или общение со сверстниками онлайн. Однако нужно научиться соблюдать «золотую середину». Важно, чтобы в жизни ребёнка, кроме гаджетов, были другие увлечения и интересы. Пусть он участвует  в школьной пьесе, читает Хемингуэя, танцует, занимается спортом, или позовёт друзей, чтобы вместе поработать над интересной поделкой. Помогите ему найти такие интересы и увлечения и поддерживайте его в этом.

Как насчёт сотовых телефонов? Если ребёнку не нужно быть с вами на постоянной связи и он ходит в школу в сопровождении взрослого, тогда отложите покупку телефона. Нет ни одного повода покупать его для семилетнего ребёнка, который всегда находится под присмотром. Так вы освободите себя от дополнительной проблемы. Дети младшего школьного возраста, в силу своего психологического развития, еще не готовы к тому, что предлагает смартфон.

**8. Убедитесь, что школьные друзья также серьёзно относятся к учёбе**

Примерно к четвёртому классу отношение детей к учёбе во многом зависит от успехов их сверстников.Старания ребёнка при выполнении домашней работыи качество оценок во многом диктуется кругом его общения. Если хотите, чтобы ваши дети учились хорошо, убедитесь, что они общаются с теми, кто хорошо относится к учёбе.

Пусть он познакомится с детьми, которые стремятся к знаниям. Помните, что сверстники решают многое, но вы, родители, играете главную роль. Вы задаёте тон в доме. Если вы поддерживаете идею, что учёба важна, ребёнок тоже поймёт и найдет друзей из тех семей, в которых образование стоит во главе угла.

**9. Обратите внимание на взаимоотношения со сверстниками**

Круг общения – один из факторов, влияющих на то, какими вырастут ваши дети. По мере взросления значение мнения друзей для ребёнка усиливается. Если сверстники отвергают и высмеивают, то высока вероятность того, что у него появится комплекс неполноценности, который может преследовать человека всю жизнь. Детские роли часто переносятся во взрослую жизнь. Ребёнок, у которого появилась нелепая роль в классе, например, амплуа клоуна или говоруна, часто переносит этот образ во взрослую жизнь. К сожалению, от этого потом трудно избавиться.

Убедитесь в том, что ваши дети свободно общаются со сверстниками. Очень важно, чтобы их приняли в коллективе и там сложились хорошие отношения. Если вы заметите некорректное поведение по отношению к ребёнку, проанализируйте причину происходящего, проговорите конфликтные моменты и научите его находить выход из сложных ситуаций.

**10. Устраивайте семейные советы**

Семейные встречи, которые проходят в определённый день и час, создают замечательную атмосферу для обсуждения побед, неудач, планов, разногласий между братьями и сёстрами.

Найдите тему, которая волнует вас. Дайте детям почувствовать, что семья заботится о них и и их мнение также имеет значение.

Озвучьте основные принципы таких встреч. Например, каждый имеет право слова. Когда один человек говорит, – остальные внимательно слушают. Позволены только положительные и конструктивные отзывы.

Попробуйте проводить такие советы в форме игры. Чтобы несговорчивые дети тоже приняли участие в семейных посиделках, закажите пиццу, назначьте им важную роль дежурного или секретаря. Или используйте эстафетную палочку, которая будет переходить из рук в руки по мере обсуждения тем.

**11. Обсуждайте ценности вашей семьи**

К сожалению, мы редко говорим на эту тему с близкими родственниками. Поэтому у нас есть риск уступить тому, что предлагает современный мир. Именно из него дети черпают основную информацию. К сожалению, она не всегда положительная. Предполагается, что дети негласно впитывают семейные ценности в себя, наблюдая за поступками родителей и копируя их поведение. Однако, такое мнение ошибочно.

Настало время обсуждать тему принципов и ценностей вашей семьи. Найдите способы помочь детям осознанно следовать им. Для этого важно периодически проговаривать их с ними. Это касается не только детей, но и вас, родителей.

**12. Ослабьте контроль**

Зачастую мы стараемся во всём контролировать детей и оберегать их от неверных поступков. Но помните, что гиперопека лишает ребёнка самостоятельности и он перестаёт сам принимать решения. Дайте ему возможность совершать ошибки и искать пути их исправления.

Сейчас между вами и ребёнком должно быть больше связи и меньше контроля. Поэтому ваша лучшая стратегия – это близкие отношения, чётко выстроенные границы и бесконечное сопереживание и поддержка.

Наилучшая стратегия родителей – это доверительные отношения с детьми, чётко выстроенные границы в общении и поведении, а также сочувствие и поддержка.