

## **Золотые правила воспитания для родителей:**

1. Любите своего ребенка, и пусть он никогда не усомнится в этом.
2. Принимайте ребенка таким, какой он есть, – со всеми достоинствами и недостатками.
3. Опирайтесь на лучшее в ребенке, верьте в его возможности.
4. Создайте условия для успеха ребенка; дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.
5. Не пытайтесь реализовывать в ребенке свои несбывшиеся мечты и желания.
6. Помните, что воспитывают не слова, а личный пример.
7. Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален.
8. Не рассчитывайте на то, что ребенок вырастет таким, как вы хотите.
9. Не обсуждайте при ребенке его одноклассников, родителей, учителей.



10. Помните, что ответственность за воспитание ребенка несете именно вы.

КГБОУ «Минусинский кадетский корпус»

## **Адаптация пятиклассников к корпусу.**

### **Что необходимо знать родителям.**



г. Минусинск, 2021 год

Педагог – психолог Инна Александровна Попова

# РЕГУЛЯЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

Окончена начальная школа, и Ваши дети перешли не только в среднее звено, но и поменяли учебное заведение, где у них началась новая жизнь – среди новых педагогов, новых правил и новых требований,

## НО

*какой она будет – во многом зависит не только от корпуса, но и от пап и мам!!!*

*Даже самое хорошее образовательное учреждение не может полностью заменить семью. И поэтому очень*

### **ВАЖНО:**

- *интересоваться учёбой ребёнка;*
- *помогать в преодолении трудностей;*
- *замечать и отмечать победы над собой, хвалить;*
- *вместе проводить свободное от корпуса время;*
- *не допускать физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников);*
- *сравнивать ребёнка только с ним самим, а не другими ребятами;*
- *контролировать учёбу сына, но и давать время для самостоятельного выполнения уроков;*
- *не самоустраняйтесь от воспитания сына, даже если он находится на полном пансионе!*

**Что повышает напряжение в диалоге с вашим ребёнком?**

- ✓ *Перебивание ребёнка*
- ✓ *Игнорирование эмоционального состояния*
- ✓ *Зацикливание или раздувание незначительных проблем (ребёнок уже забыл, а родители продолжают эмоцианировать)*
- ✓ *Демонстрация негативной оценки*
- ✓ *Дистанцирование*
- ✓ *Громкая быстрая речь, «закрытые позы»*
- ✓ *Подчёркивание неправоты другого, обвинительный тон (виноваты все, кроме нас)*

**Что снижает напряжение?**

- ✓ *Возможность выговориться*
- ✓ *Вербализация эмоционального состояния*
- ✓ *Если ребёнок не проявляет беспокойство, значит, проблема решена - отпустите*
- ✓ *Подчёркивание значимости личности ребёнка*
- ✓ *Визуальный контакт (глаза в глаза)*
- ✓ *Спокойный, уверенный темп речи, «открытые позы»*
- ✓ *Признание своей неправоты (что мы можем сделать, чтобы исправить ситуацию)*

*Главные «ключи» к своему ребёнку-его ИМЯ и Ваша УЛЫБКА!*