

НА ПОРТАЛЕ «Я – РОДИТЕЛЬ» ВЫ ВСЕГДА НАЙДЕТЕ

ПОДДЕРЖКУ

- Форум для родителей.
- Личные блоги.
- Консультации специалистов (психологов, юристов, экспертов по вопросам образования и других).

МЕДИАМАТЕРИАЛЫ

- Видеоуроки и передачи.
- Песни для детей и родителей.
- Сказки на ночь, записанные известными артистами.
- Социальную рекламу.
- Инфографику для родителей.

ПОЛЕЗНУЮ ИНФОРМАЦИЮ

- Психологические тесты.
- Статьи о воспитании детей всех возрастов.
- Библиотеку.
- Актуальные исследования.
- Информацию о всех формах семейного устройства детей-сирот.

ИНФОРМАЦИЯ О СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:



<http://ok.ru/yaroditel>



<http://vk.com/yaroditel>



<http://www.facebook.com/yaroditel>



<http://www.instagram.com/ya-roditel>

ЭКСТРЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ



Телефон доверия для детей, подростков
и родителей: **8-800-2000-122**

Сайт www.telefon-doveria.ru или
www.88002000122.ru

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ ДЛЯ МАМ И ПАП

Напишите 5 главных достоинств своего ребенка

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Опишите в 5 пунктах, что Вы хотели бы
исправить в отношениях со своим ребенком

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Начинайте работать. Когда возникает конфликтная ситуация, возвращайтесь к первым пяти пунктам, они станут стимулом для дальнейшего развития Ваших отношений с ребенком.

Свои успехи отмечайте в таблице

Дата	Достижение в отношениях с ребенком



Я – родитель



Портал
для ответственных
мам и пап
и всех, кто хочет ими стать!

www.ya-roditel.ru



Я-родитель



ЕСЛИ ВЫ:

- хотите стать ответственным родителем,
- создать доверительные отношения в семье,
- научиться разрешать конфликтные ситуации,

то Вам сюда → www.ya-roditel.ru

ДЛЯ ВАС ВСЕГДА ДОСТУПНЫ:

- полезная информация о воспитании детей;
- психологические тесты и статьи;
- бесплатные онлайн-консультации психологов и специалистов;
- конкурсы и медиаматериалы.

МЫ - ДРУЗЬЯ!

5 советов на каждый день, как подружиться со своим ребенком

1. Будьте внимательны и дружелюбны.
2. Покажите, что ребенок может Вам доверять.
3. Не осуждайте действия ребенка.
4. Уважайте своего ребенка.
5. Будьте терпеливы и снисходительны к ошибкам.

Чего делать НЕ следует

- Не надо исполнять любое желание ребенка.
- Не стоит слишком часто указывать на его недостатки.
- Не ругайте и не поучайте ребенка в присутствии его друзей.
- Подумайте, прежде чем ставить ультиматум и предъявлять дополнительные требования.
- Откажитесь от гиперопеки и контроля за каждым его шагом.

«СКОРАЯ РОДИТЕЛЬСКАЯ ПОМОЩЬ»

Что делать, если ребенок выводит из себя? Как сохранить самообладание и избежать скандала?

Воспользуйтесь этой таблицей

Эмоции родителей / поведение детей	Раздражение	Паника	Гнев
Непослушание	Переведите требование в игру: «Давай, кто быстрее сейчас оденется, сядет за стол и т.д.» Или предложите выбор: «Ты будешь есть суп или кашу?»	Выйдите из комнаты, несколько раз глубоко вдохните и выдохните, успокойтесь. Это нормально. Вы тоже так делали	Сосчитайте до десяти, подумайте о том, как любите своего ребенка, вспомните его первый день. Будьте снисходительны
Плач	Попробуйте переключить его внимание: «Ого, смотри, что это там в окне?!» или занять интересным делом: «Давай готовить ужин?» Обратите внимание на его состояние здоровья	Спокойно. Вы – взрослый, и в этом Ваша сила. Всем детям свойственно плакать, Вы плакали тоже. Убедитесь, что ребенок здоров, обнимите его	Не поддавайтесь эмоциям. Вдох-выдох. Выясните причину плача. Возможно, ребенка беспокоит самочувствие или обида – это не причины для Вашего гнева
Крик	Часто дети «проверяют» Вашу реакцию криком. Общайтесь с ребенком спокойно и доброжелательно	Спокойно. Крик может быть реакцией на полученное впечатление, подумайте, что могло привести ребенка в это состояние	Сосчитайте до десяти. Главное – не кричите в ответ. Видя Ваше спокойствие и уравновешенность, ребенок успокоится гораздо быстрее

5 вопросов о воспитании, которые Вы хотели бы задать

1. Как избежать конфликтов со своим ребенком?
2. Почему мой ребенок плачет и не слушается?
3. Как сохранить спокойствие и самообладание?
4. Где найти силы и поддержку?
5. Как стать ребенку другом и опорой?

Ответы Вы найдете на портале www.ya-roditel.ru

РОССИЯ - БЕЗ ЖЕСТОКОСТИ К ДЕТЯМ!



Общенациональная информационная кампания по противодействию жестокому обращению с детьми

Движение «Россия – без жестокости к детям!» – для всех, кто разделяет ценности ответственного родительства, использует диалоговые отношения с детьми, а также исключает проявление любых форм насилия и жестокости: ремня, шлепки, подзатыльники, унижения и прочее.

ВМЕСТЕ С НАМИ

282396 человек, 115 компаний, 428 НКО, 114 СМИ, 456 регионов и городов, 2694 детских учреждений.



КАК ПОДДЕРЖАТЬ?

Личный кабинет



Зарегистрироваться



Личное участие

Заполните поля анкеты и нажмите кнопку «Регистрация».

Присоединяйтесь к Движению и заявите о том, что Вы готовы:

- разделять ценности ответственного родительства,
- отказаться от физического наказания в воспитании своего ребенка,
- содействовать защите детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, от окружающих их жестокости и насилия,
- узнать больше и рассказать своим знакомым о способах разрешения типичных конфликтных ситуаций, с которыми сталкиваются взрослые при общении с детьми.



Я - родитель



ЕСЛИ ВЫ:

- хотите стать ответственным родителем,
- создать доверительные отношения в семье,
- научиться разрешать конфликтные ситуации,

то Вам сюда → www.ya-roditel.ru

ДЛЯ ВАС ВСЕГДА ДОСТУПНЫ:

- полезная информация о воспитании детей;
- психологические тесты и статьи;
- бесплатные онлайн-консультации психологов и специалистов;
- конкурсы и медиаматериалы.

МЫ - ДРУЗЬЯ!

5 советов на каждый день, как подружиться со своим ребенком

1. Будьте внимательны и дружелюбны.
2. Покажите, что ребенок может Вам доверять.
3. Не осуждайте действия ребенка.
4. Уважайте своего ребенка.
5. Будьте терпеливы и снисходительны к ошибкам.

Чего делать НЕ следует

- Не надо исполнять любое желание ребенка.
- Не стоит слишком часто указывать на его недостатки.
- Не ругайте и не поучайте ребенка в присутствии его друзей.
- Подумайте, прежде чем ставить ультиматум и предъявлять дополнительные требования.
- Откажитесь от гиперопеки и контроля за каждым его шагом.

«СКОРАЯ РОДИТЕЛЬСКАЯ ПОМОЩЬ»

Что делать, если ребенок выводит из себя? Как сохранить самообладание и избежать скандала?

Воспользуйтесь этой таблицей

Эмоции родителей / поведение детей	Раздражение	Паника	Гнев
Неподслушание	Переведите требование в игру: «Давай, кто быстрее сейчас оденется, сядет за стол и т.д.» Или предложите выбор: «Ты будешь есть суп или кашу?»	Выйдите из комнаты, несколько раз глубоко вдохните и выдохните, успокойтесь. Это нормально. Вы тоже так делали	Сосчитайте до десяти, подумайте о том, как любите своего ребенка, вспомните его первый день. Будьте снисходительны
Плач	Попробуйте переключить его внимание: «Ого, смотри, что это там в окне?!» или занять интересным делом: «Давай готовить ужин?» Обратите внимание на его состояние здоровья	Спокойно. Вы – взрослый, и в этом Ваша сила. Всем детям свойственно плакать, Вы плакали тоже. Убедитесь, что ребенок здоров, обнимите его	Не поддавайтесь эмоциям. Вдох-выдох. Выясните причину плача. Возможно, ребенка беспокоит самочувствие или обида – это не причины для Вашего гнева
Крик	Часто дети «проверяют» Вашу реакцию криком. Общайтесь с ребенком спокойно и доброжелательно	Спокойно. Крик может быть реакцией на полученное впечатление, подумайте, что могло привести ребенка в это состояние	Сосчитайте до десяти. Главное – не кричите в ответ. Видя Ваше спокойствие и уравновешенность, ребенок успокоится гораздо быстрее

5 вопросов о воспитании, которые Вы хотели бы задать

1. Как избежать конфликтов со своим ребенком?
2. Почему мой ребенок плачет и не слушается?
3. Как сохранить спокойствие и самообладание?
4. Где найти силы и поддержку?
5. Как стать ребенку другом и опорой?

Ответы Вы найдете на портале www.ya-roditel.ru

РОССИЯ - БЕЗ ЖЕСТОКОСТИ К ДЕТЯМ!



Общенациональная информационная кампания по противодействию жестокому обращению с детьми

Движение «Россия – без жестокости к детям!» – для всех, кто разделяет ценности ответственного родительства, использует диалоговые отношения с детьми, а также исключает проявление любых форм насилия и жестокости: ремня, шлепки, подзатыльники, унижения и прочее.

ВМЕСТЕ С НАМИ

282396 человек, 115 компаний, 428 НКО, 114 СМИ, 456 регионов и городов, 2694 детских учреждений.



КАК ПОДДЕРЖАТЬ?

Личный кабинет

Зарегистрироваться

Личное участие

Заполните поля анкеты и нажмите кнопку «Регистрация».

Присоединяйтесь к Движению и заявите о том, что Вы готовы:

- разделять ценности ответственного родительства,
- отказаться от физического наказания в воспитании своего ребенка,
- содействовать защите детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, от окружающих их жестокости и насилия,
- узнать больше и рассказать своим знакомым о способах разрешения типичных конфликтных ситуаций, с которыми сталкиваются взрослые при общении с детьми.