



ПАМЯТКА

«Принципы осознанного родительства» (для родителей)



1

Я наблюдаю и исследую ребёнка

Я знаю, что он развивается в своём темпе. Я замечаю его особенности и позволяю ему быть собой.



У моего ребёнка есть отдых

Школа, кружки и секции — это важно. Но не менее важно, чтобы у ребёнка оставалось время на игру, общение и скуку.

3

Я знаю, что я пример для ребёнка

Если я хочу, чтобы ребёнок делал по утрам зарядку, лучше всего самому с удовольствием делать её каждый день.



ВОТ ОНА
ХОРОШИЙ
РЕБЕНОК!



4

Я не сравниваю моего ребёнка с другими

Когда мне хочется сказать: «Смотри, Петя уже может, а ты что?», вместо этого я говорю: «Я вижу, что тебе непросто, но я уверен(а), что ты сможешь».

5

Я открыто обсуждаю любые вопросы

У моего ребёнка бывают неудобные вопросы. Иногда я не могу ответить сразу, но не создаю запретных тем для обсуждения.

ЕСЛИ ТРУДНО - КРУГЛОСУТОЧНЫЙ 111
ПРОСТО ПОЗВОНИ! для детей, подростков и их родителей

37-08-58 08:30-19:00
+7-708-08-74-201 КРУГЛОСУТОЧНО

Ты можешь поговорить:

- О своей жизни и проблемах ...
- О дружбе и неразделённой любви ...
- Об отношениях с родителями и учителями...
- О жестоком обращении с тобой и сверстниками...

АНОНИМНО



Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының
«Психологиялық қолдау мен тәрбие жұмысының өңірлік
оқу-әдістемелік орталығы» КММ

ЖАДЫНАМА

«Саналы ата – аналықтың қағидалары»
(ата - аналарға арналған)



1 Мен баламды бақылаймын

Мен оның өз қарқынымен дамып, өз болмысымен қалыптасуына құрметпен мүмкіндік беремін.



2 Менің баламның демалуға уақыты бар

Мектеп, үйірмелер мен секциялар маңызды. Бірақ баланың ойнауға, араласуға және демалуға уақыты болуы да маңызды.



3 Мен балама үлгі екенімді білемін

Егер баламның таңертең жаттығу жасағанын қаласам, оны күн сайын өзім де қуана орындағаным дұрыс.



4 Баламды басқамен салыстырмаймын

«Қарашы, Петя мұны істей алады, ал сен ше?» дегім келген кезде, оның орнына: «Саған қиын екенін көріп тұрмын, сенің қолыңнан келетініне сенемін».

5 Мен ашық сөйлесемін

Баламның әртүрлі сұрақтары болады. Кейде бірден жауап бере алмасам да, ашық талқылауға әрқашан мүмкіндік беремін.

ҚИЫН СӘТТЕ - тәулік бойы **111**
ЖАЙ ҒАНА ҚОҢЫРАУ ШАЛ!
37-08-58
08:30-19:00
+7-708-08-74-201
тәулік бойы

Сен - өз өмірің мен проблемаларың туралы
- Достық пен ажырамаған махаббат туралы
- Сенімен және құрдастарыңмен қатал қарым-қатынас туралы
- Ата-аналармен және мұғалімдермен қарым-қатынас туралы
сөйлесе аласың