

## РЕКОМЕНДАЦИИ

для родителей

Как воспитывать психологически  
здорового ребенка

**1 Проявляйте безусловную любовь.** Замечайте и поддерживайте все хорошее, что делает ваш ребенок. Дайте ему знать, что вы любите его просто за то, что он у вас есть.

**2 Доверяйте ребенку.** Предоставьте ребенку самостоятельность, воспитывайте, но не контролируйте каждый его шаг. Не подсказывайте готовые решения, а показывайте возможные пути и разбирайте с ребенком его правильные и ложные шаги к цели.

**3 Хвалите ребенка.** Не пропустите момента, когда достигнут первый успех, хвалите ребенка за каждый удачный его шаг. Причем хвалите не вообще, а конкретно! Не «ты молодец», а обязательно: «Ты молодец, потому что...».

**4 Оценивайте поступок, а не личность ребенка.** Сущность человека и отдельные его поступки не одно и то же. «Ты плохой!» (оценка личности) звучит часто вместо правильного «ты поступил плохо!» (оценка поступка).

**5**

**Проявляйте гибкость.** Вы должны быть твердым, но добрым. Ни абсолютная твердость во что бы то ни стало, ни такая же безграничная доброта не годятся в качестве единственного основополагающего принципа воспитания.

**6**

**Верьте в возможности ребенка.** Дайте ребенку ощутить (улыбнитесь, прикоснитесь), что сочувствуете ему, верите в него, хорошего мнения о нем, несмотря на его оплошность.

**7**

**Оценивайте адекватность требований.** Следите за своими словами – они могут ударить очень сильно. Даже требования, которые вы предъявляете, должны быть наполнены любовью и надеждой, а также учитывать возраст и возможности ребенка.

**8**

**Проявляйте интерес к ребенку.** Научитесь слушать своего ребенка и в радости, и в горести; не разговаривайте с ним равнодушным и безразличным видом.

**9**

**Любите своего ребенка.** Обнимайте и целуйте своего ребенка в любом возрасте. Помните, ребенок нуждается в вашей любви и внимании каждый день, независимо от вашей усталости или отсутствия времени.