**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 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. **Позволяйте 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, не смотря 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 с 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.