

## **Дорогие мама и папа!**

**Для того, чтобы ваш ребенок вырос здоровым и счастливым человеком очень нужно, чтобы вы помнили о том, что для него важно и необходимо уже сейчас.**

1. Выражайте искренно и открыто свою любовь к ребёнку (взглядом, улыбкой, прикосновением).
2. Не сравнивайте Вашего ребёнка с другими детьми. Ваш ребёнок имеет право быть другим и единственным, неповторимым.
3. Больше думайте о том, какие чувства испытывает ребёнок. Часто поведение ребёнка зависит от эмоционального состояния.
4. Ребенок Вас любит и всегда хочет быть любимым Вами. Поэтому не огорчайтесь, когда Ваш ребёнок раздражается и злится на Вас, когда капризничает или кричит. Это пройдёт. Возможно, ваш ребёнок просто хочет, чтобы Вы больше обращали на него внимание.
5. Позвольте Вашему ребёнку делать то, что он может сделать сам.
6. Никогда не обзывайте ребёнка. Это больно ранит личность ребёнка, и подрывает веру в себя. Это влияет на его самооценку.
7. Не бейте и не унижайте ребёнка. Он (Она) вырастет, и будет мстить всему миру, наказывая себя и своих детей, делая Вас несчастными.
8. Предъявляйте требования, которые соответствуют возрасту Вашего ребёнка, тогда он сможет их выполнить.
9. Дайте ребёнку право на ошибку и не заставляйте его считать, что его ошибки – это преступления. Все люди могут ошибаться.
10. Найдите время и выслушайте ребёнка.
11. Не вызывайте у ребёнка чувство вины и не говорите: «из-за тебя в моей жизни ничего не складывается! Из-за тебя в доме скандалы!». Ребенок не отвечает за проблемы взрослых.
12. Помните, что ребёнок многому учится у Вас и хочет быть похожим на Вас.
13. Будьте готовы воспринимать ребёнка как личность отдельную от Вас и не похожую на Вас. Он (Она), конечно, Ваш ребёнок, но он (она) не Ваша собственность.
14. За проявление чувств не хвалите и не ругайте Ребёнка, помогите ему осознать, что чувства просто есть и испытывать их может каждый, чувствовать не запрещается и не стыдно.
15. Проводите с ребёнком хотя бы полчаса времени в день. Этим Вы дадите понять ребёнку, что любите его и он Вам нужен.
16. Не делайте замечаний ребёнку в присутствии других людей, потому что это унижает. Поговорите с ребёнком об этом наедине.