

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА

*Каждый должен найти в жизни свою нишу. И ребенок – обязательно...*

### Пожелания психолога родителям

- Будьте терпеливы. Давайте ребенку время на осознание нового.
- Внушайте положительное. Не пугайте ребенка будущими бедами. Лучше говорить о том хорошем, что ждет его, если вести себя правильно.
- Почаще позволяйте ребенку делать то, что хочется ему, а не Вам. Принуждая, вы вырабатываете у него негативизм – отрицательное отношение ко всему, что вы можете сказать или сделать.
- Давайте ребенку отдых от Ваших внушений. По статистике, к ребенку 37 раз в сутки обращаются в повелительном тоне, 42 раза в увещательном, 50 раз в обвинительном. Ребенку нужен отдых от каких бы то ни было воздействий и обращений. Он нуждается в своей доле свободы, чтобы вырасти самостоятельным.
- Уважайте право ребенка на тайну. Если ребенок Вас боится – он будет лгать.
- Чаще хвалите и поощряйте ребенка. Взрослые часто не обращают внимание на что-то хорошее, но сразу же реагируют на ошибки и проступки. Ребенок должен чувствовать Вашу поддержку, когда он добивается успехов.
- Внушайте ребенку, что он смелый, трудолюбивый, умный, находчивый, ловкий, аккуратный, думающий, любимый, нужный, незаменимый...
- Формируйте положительную самооценку: «Я – умный», «Я – смелый», «Я все могу».
- Верьте в своего ребенка. Ваша вера способна прервать возможность в действительность. Ты замечательный! Ты умный и сообразительный» Ты это сможешь!

**Очень важно похвалить ребенка с самого утра. Это аванс на весь долгий и трудный день.**

### Правила общения с ребёнком.

1. Можно выражать своё недовольство отдельными действиями ребёнка, но не ребёнком в целом.
2. Можно осуждать действия ребёнка, но не его чувства, какими бы nepозволительными они ни были.
3. Не требовать от ребёнка невозможного или трудновыполнимого. Лучше посмотрите, что можно изменить в окружающей обстановке.
4. Недовольство действиями ребёнка не должно быть постоянным, иначе оно перестает восприниматься.
5. Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребёнка.
6. Позволяете ребёнку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или бездействия). Тогда у него будет шанс повзрослеть.
7. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребёнок, если он не просит помощи. Если ребёнку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно окажите её.
8. Если ребёнок вызывает у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом.
9. Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.
10. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя ответственность за личные дела вашего ребёнка, пусть он почувствует себя ответственным за их выполнение.
11. В своих чувствах говорите ребёнку от первого лица. Сообщайте о себе, своих мыслях и чувствах, а не о нём и его поведении.

### Родителей должно насторожить, если...

- ребенок неохотно идет в школу и очень рад любой возможности не ходить туда;
- часто возвращается из школы подавленным, расстроенным;
- часто плачет без очевидной причины;
- практически никогда не упоминает никого из одноклассников;
- очень мало говорит о школьной жизни;
- ребенок одинок: его никто не приглашает в гости или гулять, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

Если дети окружены враждебностью, они учатся борьбе и злу.

Если дети окружены насмешкой, они становятся застенчивыми и замкнутыми.

Если дети окружены стыдом, они постоянно чувствуют вину.