

## «Благоприятная атмосфера в семье — залог психического здоровья ребенка»

Основой полноценного развития ребенка является его положительное самоощущение: уверенность в себе, своих возможностях, в том, что он любимый и хороший.

Но положительное самоощущение не возникает само по себе. Оно появляется в результате доверительных контактов с родными и близкими. Ребенок должен постоянно видеть и чувствовать, что его любят, заботятся о нем. А для этого надо почаще разговаривать с малышом, не скупиться на тактильный контакт: погладить по головке, обнять, приласкать.

Свой отказ поговорить с ним следует доброжелательно мотивировать. Нужно очень внимательно и уважительно относиться к вопросам, просьбам, жалобам ребенка, уметь успокоить и утешить.

Большую психологическую травму получает ребенок, когда родители говорят, что не будут его любить за плохое поведение или некрасивые поступки. Ребенок должен быть уверен, что никакие его поступки не влияют на отношение к нему родителей.

Совершенно недопустимо накапливание у ребенка отрицательных эмоциональных впечатлений, опыт неосознанных обид. Лучше регулярно обсуждать критические ситуации, выясняя, кто был не прав и почему.

Очень важно помнить, что необходимо уважительно относиться к интересам и привязанностям ребенка и по мере возможности предоставлять ему право выбора. Ни в коем случае нельзя выдавать детские тайны, подшучивать над ребенком, если ему плохо, в его присутствии обсуждать его неудачи и промахи.



## *Двадцать способов похвалить ребенка*

*Мне нравится, как ты сделал это!*

*Это получилось лучше всего!*

*Здорово придумано!*

*Ну просто изумительно!*

*Прекрасно!*

*Замечательно!*

*Ну ты меня удивил!*

*Молодец!*

*Ух ты, вы только посмотрите!*

*Это что-то особенное!*

*Умница!*

*Правильно!*

*Я так рада!*

*Мне это очень понравилось!*

*Очень неплохо!*

*Молодец, у тебя получилось!*

*Ты сделал все так аккуратно!*

*Все лучше и лучше!*

*Это выглядит здорово!*

*Об этом обязательно нужно рассказать ... (папе, бабушке).*