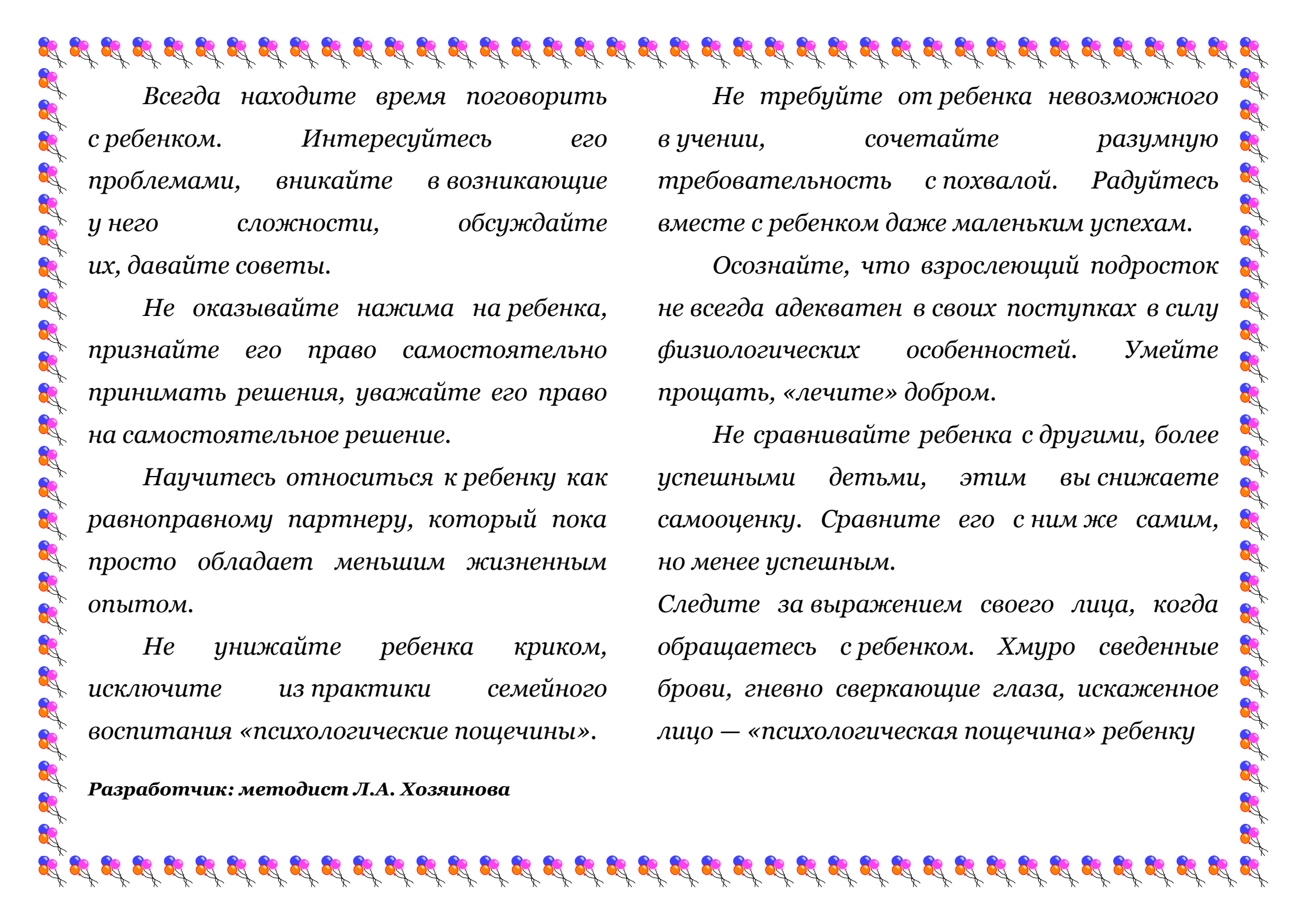




**Памятка «Как сохранить психическое здоровье  
ребенка»**



*Всегда находите время поговорить с ребенком. Интересуйтесь его проблемами, вникайте в возникающие у него сложности, обсуждайте их, давайте советы.*

*Не оказывайте нажима на ребенка, признайте его право самостоятельно принимать решения, уважайте его право на самостоятельное решение.*

*Научитесь относиться к ребенку как равноправному партнеру, который пока просто обладает меньшим жизненным опытом.*

*Не унижайте ребенка криком, исключите из практики семейного воспитания «психологические пощечины».*

**Разработчик: методист Л.А. Хозяинова**

*Не требуйте от ребенка невозможного в учении, сочетайте разумную требовательность с похвалой. Радуйтесь вместе с ребенком даже маленьким успехам.*

*Осознайте, что взрослеющий подросток не всегда адекватен в своих поступках в силу физиологических особенностей. Умейте прощать, «лечите» добром.*

*Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми, этим вы снижаете самооценку. Сравните его с ним же самим, но менее успешным.*

*Следите за выражением своего лица, когда обращаетесь с ребенком. Хмуро сведенные брови, гневно сверкающие глаза, искаженное лицо — «психологическая пощечина» ребенку*