

## ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ

### ПО СОЗДАНИЮ БЛАГОПРИЯТНОЙ СЕМЕЙНОЙ АТМОСФЕРЫ

**Семья** - самое близкое, самое важное, защита от всех бед и невзгод. Атмосфера в семье играет важную роль для психического здоровья и благополучия всех ее членов. Когда родители проводят с ребенком много времени, когда они общаются и веселятся – это приносит огромную пользу. Так ребенок чувствует, что его ценят и любят, и это чувство остается с ним на долгие годы. Он получает возможность перенимать жизненные ценности своих родителей. Между ребенком и родителями укрепляется эмоциональная связь, благодаря чему он становится более уверенным в себе и своих силах.

**Помните:** от того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день. Время ночного отдыха для каждого сугубо индивидуально.

**Показатель один:** ребенок должен выспаться и легко проснуться к тому времени, когда вы его будите.

Если у вас есть возможность погулять с ребенком, не упускайте её. Совместные прогулки – это общение, ненавязчивые советы, наблюдения за окружающей средой.

**Научитесь** встречать детей после их пребывания в образовательном учреждении. Не стоит первым задавать вопрос: «Что сегодня кушал?»: - лучше задавать нейтральные вопросы: «Что было интересного в школе?», «Чем занимался?», «Как твои успехи?» и т.д.

**Радуйтесь успехам ребенка.** Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.

Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации.

**Создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения!**

