**Памятка для родителей**

**Рекомендации по развитию положительных эмоций вашего ребенка.**

**Папы и мамы! Дедушки и бабушки! Помните!**

1. От повторяющихся знаков приветствия, одобрения, любви и принятия у ребенка складывается ощущение: «со мной все в порядке», «Я - хороший ребенок». От сигналов осуждения, недовольства, критики – ощущение «со мной что-то не так», «я – плохой».

2. Душевная копилка ребенка работает день и ночь, ее ценность зависит от того, что мы туда бросаем.

3. Научиться слушать своего ребенка в радости и в горести.

4. Даже требования, которые вы предъявляете своему ребенку, должны быть наполнены любовью и надеждой.

5. Наказывая своего ребенка, оставайтесь рядом с ним, не избегайте общения с ним.

6. Станьте для своего ребенка примером для подражания в проявлении положительных эмоций по отношению к членам своей семьи и к другим людям.

7. Обнимайте и целуйте своего ребенка в любом возрасте.

8. Не разговаривайте со своим ребенком с равнодушным и безразличным лицом.

9. Проводите со своим ребенком достаточное количество времени, и не сетуйте на то, что у вас этого времени нет.

10. Заводите в семье свои красивые, добрые и светлые ритуалы общения, которые сделают вашу жизнь и жизнь вашего ребенка теплее и радостнее.

**Ритуалы, которые нравятся детям**

• при расставании получить объятие родителей и напутственное слово или жест, в котором будет маленькая тайна взрослого и ребенка;

• при встрече, рассказать о своих удачах и проблемах и получить слова поддержки и участия;

• в выходной день обсудить прожитую неделю и ее значение для детей и родителей;

• посидеть в сумерках при свечах рядом с мамой и папой;

• на ночь услышать доброе пожелание;

• в свой день рождения получать сюрпризы и устраивать их для других членов семьи;

• вместе с мамой готовить к празднику и печь красивый торт, а с папой просто поиграть или поговорить по душам;

• посидеть с мамой и папой, взявшись за руки во время своей болезни и попросить у них любимую еду или что-то такое, чего очень давно хотелось.

**Правила общения с ребенком.**

1. Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.

2. Выражение недовольства действиями ребенка не может быть систематическим, иначе оно перестает восприниматься.

3. Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий, или своего бездействия. Только тогда он будет взрослеть и становиться сознательным.

4. Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогайте ему, но при этом возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте ребенку выполнить самому.

5. Если ребенок своим поведением вызывает у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

6. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит вас об этом.

7. Чтобы избежать дальнейших проблем и конфликтов, соизмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

***Мы не можем, оберегая детей от невзгод жизни, поместить их под стеклянный купол. Но мы можем и должны позаботиться о том, что их окружает. Можем создать свою, маленькую и очень добрую, вселенную в семье, в своем доме. Пусть хотя бы здесь их окружает любовь.***

***Задумайтесь над этим!***