

## Памятка родителям

# По созданию благоприятной семейной атмосферы



## П О М Н И Т Е :

➤ От того, как родители разбудят ребёнка, зависит его психологический настрой на весь день.



➤ Время ночного отдыха для каждого сугубо индивидуально. Показатель один: ребёнок должен выспаться и легко проснуться к тому времени, когда вы его будите.

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



➤ Научитесь встречать детей после их пребывания в дошкольном учреждении.

➤ Не стоит первым задавать вопрос:

*Попробуйте выполнять эти задания каждый день!*

«Что ты сегодня кушал?» - лучше задайте нейтральные вопросы: «Что было интересного в садике?», «Чем занимался?», «Как твои успехи?» и т.п.

- Радуйтесь успехам ребёнка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребёнка о событиях в его жизни.
- Ребёнок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации.



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



**ЗАДАНИЕ ПЕРВОЕ.** Посмотрите, насколько вам удастся принимать вашего ребенка. Для этого в течение дня постараетесь подсчитать, сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько — с отрицательными (упреком, замечанием, критикой). Если количество отрицательных обращений равно или перевешивает число положительных, то с общением у вас не все благополучно.

**ЗАДАНИЕ ВТОРОЕ.** Закройте на минуту глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете, что рады ему, что он вам дорог и близок? А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он выходит из группы, и вы показываете, что рады его видеть. Представили? Теперь вам легче будет сделать это на самом деле и первым делом, до всяких других слов и вопросов. Хорошо, если вы продолжите эту встречу в том же духе в течение еще нескольких минут. Не бойтесь “испортить” его в течение этих минут, это совершенно немыслимо.

**ЗАДАНИЕ ТРЕТЬЕ.** Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день (обычные утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считаются).

*Примечание:* Неплохо тоже делать и по отношению к взрослым членам семьи.

**ЗАДАНИЕ ЧЕТВЕРТОЕ.** Выполняя два предыдущих задания, обратите внимание на реакции ребенка, да и на свои собственные чувства.



*Именно на родителях,  
поскольку они самые  
близкие и родные ребенку  
люди, лежит огромная  
ответственность — научить  
его правильно поступать в  
самых разных ситуациях.*