**СОВЕТЫ – РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА**

**1. Будите ребенка спокойно:**

проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».

**2. Не торопите,** умение рассчитать время – ваша задача, и если это вам плохо удается, то вины ребенка в этом нет.

**3. Не отправляйте** ребенка в школу без завтрака: до школьного завтрака ему придется много поработать.

**4. Прощаясь,** предупреждайте и направляйте: «смотри не балуйся», «веди себя хорошо». Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, скажите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.

**5. Забудьте фразу** «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте его, ведь это не займет много времени.

**6. Если вы видите,** что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.

**7. Выслушав** замечание учителя, не торопитесь устраивать взбучку и постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребенка.

**8. В общении с ребенком** старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то…». Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

**9. Найдите (постарайтесь найти)** в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние дела, телевизионные передачи, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего его дела, заботы, радости и неудачи.

**10. Выбирайте** единую тактику общения всех взрослых в семье с ребенком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом, не считайте лишней литературу для родителей, там вы найдете много полезного.

**11. Будьте внимательны** к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности учебы.

**12. Учтите,** что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим «ты уже большой» 7-8-летнему ребенку) очень любят послушать сказку перед сном, песенку и ласку. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, и спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношений, не обсуждать завтрашнюю контрольную.