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 к равноправному партнеру, который пока просто обладает меньшим жизненным опытом
- Не унижайте ребенка криком, исключите из практики семейного воспитания «психологические пощечины
- Не требуйте от ребенка невозможного в учении, сочетайте разумную требовательность с похвалой. Радуйтесь вместе с ребенком даже маленьким его успехам
- Осознайте, что взрослеющий подросток не всегда адекватен в своих поступках в силу физиологических особенностей. Умейте ему прощать, «лечите» его добром
- Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми, этим вы снижаете его самооценку. Сравнивайте 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