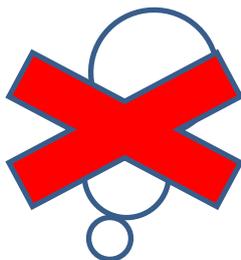
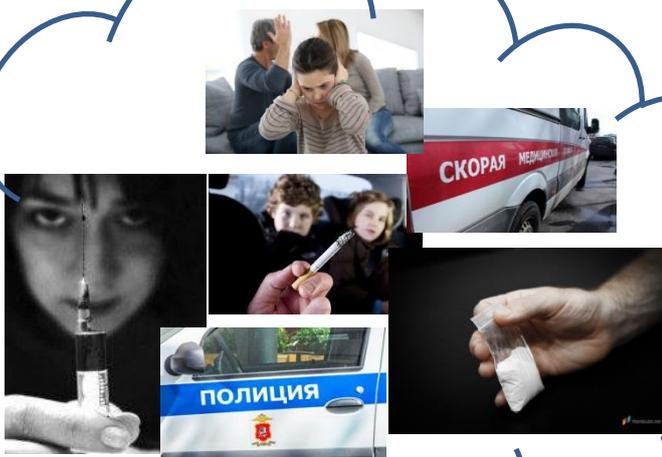


- Предупреждая детей о возможных опасностях, с которыми они могут столкнуться в современном мире, старайтесь не преувеличивать эти опасности, не запугивайте постоянными страшными историями, случившимися с другими людьми. Постарайтесь соблюдать чувство меры.
- Не переносите свои страхи на своих детей, не акцентируйте внимание на них. При ребенке говорить о том, что вы чего-то очень боитесь.
- Если ваш ребенок чего-то боится, попробуйте с ним вместе посмеяться над его страхом. Смех – очень эффективное лекарство.
- Не провоцируйте конфликтную обстановку в семье. Не стоит при вашем подростке выяснять отношения с супругом (супругой).
- Старайтесь разговаривать с ребенком спокойным тоном. Крик, чрезмерная эмоциональность, тревожность, нервозность могут провоцировать высокую тревожность и страхи вашего сына (дочери).
!!! Помните, что, если вы хотите, чтобы ваш ребенок не был чрезмерно тревожным и боязливым, надо начинать с себя. Ваше позитивное отношение к жизни, способность преодолевать трудности и не тревожиться по мелочам станут лучшим примером для вашего подростка. А как известно, у детей всегда очень плохо получалось слушаться, но очень хорошо – подражать!



- Какие бы времена не были, какие бы события не происходили, ребёнок - это самая большая **ценность**.
- Мой ребёнок не виноват в моих жизненных трудностях.
- Уважайте в своём ребёнке личность.
- Обращайте внимание на то, как ваш ребёнок взрослеет (не только растёт) и стремится быть самостоятельным.
- Поощряйте (в разумных пределах!) его самостоятельность.
- Представляйте своему ребёнку возможность принимать решения.
- Старайтесь не обсуждать с ребёнком никакие вопросы, когда вы раздражены. Уравновесьте прежде своё состояние.

Поймите своего ребенка!