Рекомендации психолога родителям дошкольника

Семья - это основная среда обитания ребенка. Ребенок учится глядя на семью, подражает поведению окружающих его взрослых и детей. Именно в семье закладывается фундамент личности ребенка, и поэтому в семье так важны чуткость, любовь и взаимопонимание.

В дошкольном возрасте ребенок впервые сталкивается с новой средой, где его окружают теперь уже и сверстники и новые взрослые люди – воспитатели.

В ситуации быстрого роста, меняющегося окружения, очень важно поддерживать ребенка, мягко направлять его и помогать двигаться вперед, родителям бывает сложно поспеть за ребенком и его скорыми переменами, именно поэтому предлагаем вам некоторые рекомендации для родителей детей дошкольного возраста:

* Говорите ребенку о своей любви

«Перелюбить» или «залюбить» ребенка невозможно, не бойтесь показывать и рассказывать ребенку о том насколько он ***ценен*** для вас и как сильно вы его ***любите***.

* Уделяйте ребенку время только для него

Каждому ребенку необходимо особенное время, которое родитель будет посвящать ***только ему***, отвлекитесь от всех дел раз в день и поиграйте в то, во что любит играть ваш малыш. Даже 15 минут такой игры помогут ребенку почувствовать себя значимым и ценным.

* Слушайте ребенка

Даже когда ребенок еще очень мало говорит он может ***общаться*** с помощью звуков, жестов и мимики, покажите ему как сильно вы хотите его понять. А когда ребенок начинает говорить, помогайте ему развиваться с помощью диалога.

* Помогите ребенку узнать свои чувства

«Ты так ***разозлился***, что разбросал все свои игрушки»; «Твоя башня разрушилась и теперь тебе ***грустно***»; «Я вижу ты очень ***рад***, что мы идем в парк».

Задача родителей показать маленькому человеку что с ним происходит и как это называется, облачая чувства в слова мы помогаем ребенку и узнать их и научиться их регулировать.

* Прощайте и умейте признать свою вину

Дети учатся глядя на взрослых, показывая ребенку, что ошибаться могут и взрослые, и что ошибки можно исправить словами или поступками, мы помогаем ему научиться брать ответственность за свое поведение и подсказываем способы разрешения конфликтов.

* Проявляйте внимание и уважение

К личности ребенка, к его отличительным чертам, к его манере общения, к его интересам. Детям важно чтобы в них видели их самих, а не отражение родителей или других членов семьи. Даже если ребенок очень похож на кого-то характером или интересами, это его характер и его интересы.

* Заботьтесь о себе

Как уже говорилось, ребенок учится глядя на родителей, покажите ему что ***любовь и внимание к себе*** и своим потребностям это важная часть жизни человека, без которой невозможно стать счастливым.