## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ,

## ЗАБОТЯЩИМСЯ ОБ УМСТВЕННОМ ЗДОРОВЬЕ

## И СЧАСТЬЕ СВОИХ ДЕТЕЙ

1. Создайте безопасную психологическую базу ребенку в его по­исках, к которой он мог бы возвращаться, встретив на своем пути неудачи.
2. Поддерживайте способности ребенка к творчеству и проявляй­те сочувствие к ранним неудачам, объясняя, что для успеха требуется время и терпение.
3. Развивайте волевые качества, воспитывайте здоровую про­дуктивность:

* Формируя приоритеты в деятельности
* Обучая постановки конкретных целей
* Обучая распределению времени
* Обучая разделению любой деятельности на этапы

1. Будьте терпимы.
2. Оставляйте ребенка одного и позволяйте ему самому зани­маться своими делами.
3. Помогайте учиться строить его систему ценностей.
4. Помогайте в удовлетворении основных человеческих потреб­ностей.
5. Помогайте ему справляться с разочарованием и сомнением.
6. Помогайте ребенку глубже познать себя. Для этого разви­вайте:

* Уверенность, базирующуюся на сознании самооценки;
* Понимание достоинств и недостатков в себе и окружающих;
* Умение общаться с любыми людьми.

Помните, что ребенок творит не только для себя, но и для тех, кого любит.

1. Помогайте ребенку избежать общественного неодобрения, при этом помните, что его поведение не должно выходить за рамки приличного.
2. Уважайте в ребенке индивидуальность. Не стремитесь про­ецировать на него собственные интересы и увлечения.

## Педагог-психолог Н.В. Капуза