**Рекомендации по развитию положительных эмоций**

**вашего ребёнка**

**Папы и мамы! Дедушки и бабушки! Помните!**

 От повторяющихся знаков приветствия, одобрения, любви и принятия у ребёнка складывается ощущение: «со мной всё в порядке», «я – хороший».

От сигналов осуждения, недовольства, критики появляется ощущение:

«со мной что-то не так», «я – плохой».

 Душевная копилка ребёнка работает день и ночь. Её ценность зависит от того, что мы туда бросаем.

 Даже требования, которые вы предъявляете, должны быть наполнены любовь и надеждой.

 Научитесь слушать своего ребёнка в радости и в горести.

 Наказывая своего ребёнка, оставайтесь рядом с ним, не избегайте общения с ним.

 Станьте для своего ребёнка примером для подражания в проявлении положительных эмоций по отношению к членам своей семьи и к другим людям.

 Обнимайте и целуйте своего ребёнка в любом возрасте.

 Не разговаривайте со своим ребёнком с равнодушным и безразличным лицом.

 Заводите свои красивые, добрые и светлые ритуалы общения, которые сделают вашу жизнь и жизнь вашего ребёнка теплее и радостнее.

**Ритуалы, которые нравятся детям**

 Перед уходом в школу получить объятие родителей и напутственное слово или жест.

 По возвращении из школы рассказать о своих удачах и проблемах и получить слова поддержки и участия за чашкой чая.

 В выходной день обсудить прожитую неделю и значение её для детей и родителей.

 Посидеть в сумерках при свечах рядом с мамой и папой.

 На ночь послушать сказку и быть заботливо укрытым.

 В свой день рождения получать сюрпризы и устраивать их для других членов семьи.

 Вместе с мамой готовиться к празднику и печь вкусный торт.

 Посидеть с мамой и папой, взявшись за руки, во время своей болезни и попросить у них любимую еду или что-то такое, чего давно хотелось.