**Уважаемые родители впереди новый учебный год и новые свершения и трудности.**

Конечно, каждый родитель мечтает воспитать здорового, счастливого и гармоничного развитого ребенка. На этом пути он сталкивается с препятствиями и вопросами, на которые нет ответа. Или, наоборот, слишком много ответов и непонятно, какой из них правильный. Остается опираться на здравый смысл и мнение экспертов. Я хочу сказать пару слов, которые станут хорошим подспорьем для родителей.

1. **Позволяйте детям играть чаще.**С 1955 года уменьшается время, которое дети тратят на игру, но при этом у них повышается уровень тревожности, чаще наблюдаются депрессия, ощущение беспомощности и одновременно детский нарциссизм и снижение эмпатии. Неприятная статистика. Но в силах взрослых, каждого из нас, дать своему ребенку то, что требуется ему для гармоничного развития. Игра в этом смысле нужна как воздух.
2. **Стимулируйте любознательность.**У детей есть врожденная склонность к познанию мира, которую обязательно нужно поддерживать. Один из способов — это сделать — показывать все возможные, самые разнообразные варианты решения задач. Эксперименты подтверждают эту идею: если в процессе игры ребенку сразу показать одну-единственную функцию игрушки, он придет к выводу, что та больше ничего не умеет. А вот когда игрушку давали ребенку «на откуп», они догадались использовать ее по-разному, не одним способом.

**Вывод прост. У тех, кого не учили специально, не было причин думать, что им показали все возможные варианты, поэтому они начинали изучать ее тщательнее и открывали для себя новые возможности использования. И это относится не только к играм. Но и к жизни.**

1. **Разрешайте ребенку дружить со старшими.** В 1930-х годах русский психолог Лев Семенович Выготский вывел термин «зона ближайшего развития». Он означает деятельность, которую ребенок не в состоянии выполнять сам или с ровесниками, но может выполнять при участии более опытных людей. Выготский предполагал, что дети получают новые навыки и развивают мышление, взаимодействуя с другими в зоне своего ближайшего развития.

**Вот почему возможность общаться с детьми постарше важна для физического, социального, эмоционального и умственного развития ребенка.**

1. **Поддерживайте ребенка**

Психологи вывели формулу: 10 000 часов практики равны экспертности в любом деле. Если вы заметили талант у своего ребенка, дайте ему его раскрыть. Без поддержки родителей невозможно наработать 10 000 часов. Помните: 10 000 часов — это очень-очень много. Дети и молодые люди не в состоянии в одиночку наработать такое количество часов. Нужны поддержка и помощь родителей. Такой стиль воспитания называется «совместным развитием». Его задача — активно «стимулировать и оценивать таланты, умения и побуждения ребенка».

**5. Учите детей отличать хорошее от плохого**

Если плохой поступок вознаграждается, то молодой мозг может определить его как полезный с точки зрения выживания индивидуума. Если ребенок, проявляя агрессию, получает поддержку, а проявляя стремление к взаимодействию, такой поддержки не получает, его мозг может легко запомнить, что агрессия хороша для его выживания.

1. **Пусть ваши дети чаще чувствуют себя счастливыми**

Счастливые моменты в прошлом создают особые связи между нейронами, которые готовы к тому, чтобы производить «гормоны счастья» в следующий раз, когда вы испытаете подобные позитивные ощущения. Другими словами, чем чаще ваш ребенок будет чувствовать счастье и радость, тем легче ему это дастся во взрослой жизни.

1. **Обнимайте детей чаще**

Прикосновения и объятия — это не чья-то прихоть. Есть четкая физиологическая основа, которая делает и взрослых, и детей счастливыми, когда они выказывают привязанность друг к другу. Окситоцин — «гормон счастья», который выделяется у млекопитающих. Окситоцин дарит нам удовольствие быть спокойными рядом с теми, кому мы доверяем.  Это не осознанное решение, а скорее физическое чувство безопасности.

**Оставьте идею, что вы определяете будущее своего ребенка**

Если мы сами ценим свободу и несем ответственность за свои поступки, то должны уважать право ребенка самостоятельно прокладывать свой жизненный путь. Наши стремления не могут стать стремлениями ребенка, равно как и наоборот. Поиски собственного курса начинаются с раннего детства.

**Чтобы научиться отвечать за себя, дети должны научиться принимать решения каждый час, день или год, и этому они могут научиться только на практике.**

И напоследок. **Подумайте о своем детстве и вспомните самый счастливый момент. Где вы были? Что делали? Кто был с вами рядом, если был? Правда, приятное чувство? Когда мы становимся родителями, одна из главных наших задач — сделать так, чтобы у ребенка было как можно больше счастливых воспоминаний и умений, и навыков, которые помогут ему во взрослой жизни.**

**С уважением педагог- психолог Хачанян З.Т.**