



* Будьте терпеливы.
* Признавайте выбор ребёнка.
* Верьте ребёнку и верьте в него.
* Держите свои обещания.
* Рассказывайте о своих чувствах. Признавайте чувства ребёнка.
* Обнимайте и хвалите ребёнка.
* Устанавливайте границы дозволенного.
* Ограничивайте время использования гаджетов для всей семьи.
* Учите прощать ребёнка на своём примере.
* Разговаривайте с ребёнком. Выдерживайте спокойный тон.
* Проводите время всей семьёй.
* Активно слушайте, а потом советуйте.
* Любите своего ребёнка, а главное говорите ему об этом.

Как вырастить психически здорового ребёнка?