



## Как **ВОСПИТАТЬ** **СЧАСТЛИВЫХ** детей

### 1. Шутки помогают!

Если вы будете регулярно шутить с вашим ребенком, то это поможет ему настроиться на социальный успех. Когда родители шутят и играют с ребенком, они дают ему инструменты для творческого мышления, для поиска новых друзей и для того, чтобы справляться со стрессом.

### 2. Будьте позитивно настроенными.

Родители, которые по отношению к детям проявляют негативные эмоции, в один прекрасный день обнаружат, что их ребенок очень агрессивен. Это плохая новость, потому что поведенческая агрессия напрямую связана с агрессией во взрослой жизни.

### 3. Поощряйте объективную самооценку.

Объяснение всего с объективной точки зрения является очень важным жизненным навыком, который помогает людям справляться с трудностями. Это чувство включает в себя внимательность, человечность, сочувствие к страданиям других людей, а также признание собственных проблем и направленность на их решение.

### 4. Понимайте своих детей.

Те дети, чьи родители приспособили свой стиль воспитания под ребенка, гораздо реже испытывают ощущение тревоги и находятся в депрессивном состоянии по сравнению с теми, кого воспитывали агрессивные и жесткие родители.

### 5. Постоянно «подпитывайте» свой брак.

Не дайте своим отношениям уйти под откос после рождения ребенка. Согласно данным исследования, родители, которые страдают от нестабильности в отношениях, тем самым вызывают проблемы со сном у своих детей, также проблемы в браке вносят свой вклад в развитие психических способностей маленьких детей.

### 6. Мама, будьте поласковее со своими сыновьями

В соответствии с данными исследований тесная связь с матерью удерживает мальчиков от антисоциального поведения. Теплые, дружеские отношения с мамой играют важнейшую роль в поведении детей, особенно мальчиков.