



ПОРАДУЙТЕ своего ребёнка...

- * Сделайте сюрприз и уберите в его комнате.
- * Положите шоколад в блины.
- * Выложите еду или закуску в форме улыбки.
- * Сделайте какие-то звуковые эффекты, когда помогаете им что-то делать.
- * Играйте с ними на полу.

ОТПУСКАЙТЕ:

- * Чувство вины.
- * Ваши мысли о том, как должно было быть.
- * Вашу потребность быть правым.



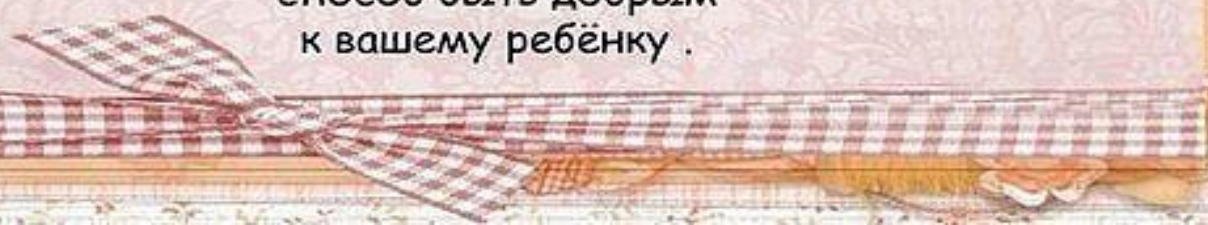
Выделите время...


- * ...чтобы понаблюдать за строительными площадками.
- * ...чтобы посмотреть на птиц.
- * ...чтобы ваш ребенок помог вам готовить.
- * ...ходить в какие-то места вместе.
- * ...копаться вместе в грязи.
- * ...чтобы выполнять задания в темпе вашего ребенка.
- * ...чтобы просто посидеть с вашим ребенком, пока он играет.







ОТДАВАЙТЕ детям:

- * Смотрите на вашего ребенка добрыми глазами.
 - * Улыбайтесь,
когда ваш ребенок заходит в комнату.
 - * Отвечайте взаимностью,
когда ваш ребенок вас касается.
 - * Настройте контакт,
прежде чем что-то говорить (исправлять),
чтобы ваш ребенок действительно вас услышал.
 - * Давайте вашему ребенку возможность справиться
со своим недовольством (гневом, злостью),
прежде чем оказать ему помощь.
 - * Делайте ванну в конце длинного дня.
 - * Выберите сами ваш любимый
способ быть добрым
к вашему ребёнку.
- 



ГОВОРИТЕ своему РЕБЁНКУ:

- 1) Я люблю тебя.
 - 2) Люблю тебя, не смотря ни на что.
 - 3) Я люблю тебя, даже когда ты злишься на меня.
 - 4) Я люблю тебя, даже когда я злюсь на тебя.
 - 5) Я люблю тебя, даже когда ты далеко от меня.
Моя любовь всегда с тобой.
 - 6) Если бы я могла выбрать любого ребенка на Земле,
я бы все равно выбрала тебя.
 - 7) Люблю тебя как до луны, вокруг звезд и обратно.
 - 8) Спасибо.
 - 9) Мне понравилось сегодня с тобой играть.
 - 10) Моё любимое воспоминание за день,
когда мы с тобой
что-то делали вместе.
- 
- 



РАССКАЗЫВАЙТЕ детям...

- 1) Историю их рождения или усыновления.
- 2) О том как вы «нежничали» с ними, когда они были маленькие.
- 3) Историю о том, как вы выбирали им имена.
- 4) О себе в их возрасте.
- 5) О том, как встретились их бабушки и дедушки.
- 6) Какие ваши любимые цвета.
- 7) Что иногда вам тоже сложно.
- 8) Что когда вы держите их за руку и сжимаете ее 3 раза, это секретный код, который означает - «люблю тебя».
- 9) Какой у вас план.
- 10) Чем вы сейчас занимаетесь.



ПОКАЗЫВАЙТЕ детям:

- * Как сделать что-то, вместо того, чтобы запрещать это делать.
- * Как свистеть в травинки.
- * Как тасовать карты, сделать веер/домик.
- * Как резать еду.
- * Как складывать белье.
- * Как искать информацию, когда вы не знаете ответа.
- * Привязанность к вашему супругу.
- * Что заботиться о себе, ухаживать за собой очень важно.

