

ЧАСИКИ ТИКАЮТ... ВРЕМЯ ЛЕТИТ... ДЕТИ ОЧЕНЬ БЫСТРО ВЫРАСТАЮТ...

ГОВОРИТЕ:

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



РАССКАЗЫВАЙТЕ:

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



СЛУШАЙТЕ:

- ♥ Вашего ребенка в машине.
- ♥ Что ваш ребенок рассказывает про свои игрушки, и подумайте, насколько это для него важно.
- ♥ Вопрос, в котором ваш ребенок действительно нуждается вашей помощи.
- ♥ На одну секунду дольше, чем позволяет ваше терпение.
- ♥ Чувства, которые стоят за словами вашего ребенка.





СПРАШИВАЙТЕ:

- ♥ Почему ты думаешь это случилось?
- ♥ Как думаешь, что будет если?
- ♥ Как нам это выяснить?
- ♥ О чем ты думаешь?
- ♥ Какое у тебя самое приятное воспоминание за день?
- ♥ Как думаешь, какое "оно" на вкус?

ПОКАЗЫВАЙТЕ:

- ♥ 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.



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.



ПОРАДУЙТЕ СВОЕГО РЕБЕНКА:

- ♥ Сделайте сюрприз и уберите в его комнате.
- ♥ Положите шоколад в блины.
- ♥ Выложите еду или закуску в форме смайлика.
- ♥ 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.

ОТДАВАЙТЕ:

- ♥ 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 .