

СДЕЛАЙТЕ РЕБЁНКА СЧАСТЛИВЫМ

Согласитесь, порой мы очень мало проводим время со своими детьми, хотя они очень в этом нуждаются. Почему дети все чаще и чаще становятся агрессивными и непослушными? Ответ очевиден: просто им не хватает внимания своих любимых родителей. А мы, родители, иногда попросту не знаем, чем же заняться с ребенком, потому, что сами воспитаны родителями, у которых не было времени на занятия с нами. Получается замкнутый круг. Мы воспитываем своих детей точно так же, как и нас воспитывали наши родители, а значит наши дети будут давать такой же пример воспитания, как и мы?

Как разорвать этот круг? Как дать детям детство, полное радости и позитива? Все просто: нужно как можно больше времени проводить со своим ребенком, каждую свободную минуту посвящать ему, ведь детство - это такой короткий промежуток времени, который мы легко и бесповоротно можем пропустить в повседневной суете.



Счастье гораздо ближе, чем вы думаете...

Как думаете, что можно сделать с ребенком совместно, чтобы у него остались светлые воспоминания о своем безмятежном, счастливом детстве? Оказывается, ничего сверхъестественного!

Например, попробуйте в солнечную погоду взять зеркало и попросту пускать солнечных зайчиков. Ребенок будет в восторге от этого милого занятия.

А можно вместе посадить зернышко и ухаживать за ним, наблюдая, как оно прорастает и превращается в растение. А если оно еще и плоды начнет давать, ребенок будет очень поражен своим достижением.

Ответьте, как часто зимой вы катаетесь вместе с горы? Согласитесь, не каждый осмелится залезть на горку вместе с ребенком? Комплексы, лишний вес, статус обычно так мешают в этой жизни... Но попробуйте в один прекрасный момент перешагнуть через все отговорки и просто скатитесь со своим ребенком с горы, и чем выше она будет, тем больше удовольствия получите и ребенок, и вы.

Вспомните, когда в последний раз вы наблюдали за звездами? Давно? Или может быть никогда? Сделайте это вместе с ребенком.

А еще: устройте жилище в коробке от холодильника; сражайтесь брызгалками из бутылок; постройте шалаш; наблюдайте за восходом и закатом, любуйтесь лунной дорожкой, смотрите на облака и придумывайте, на что они похожи.

Что можно делать вместе с ребёнком:

- ✓ Заштриховывать монетки и листья, спрятанные под бумагой
- ✓ Плести венки
- ✓ Делать извержение вулкана из лимонной кислоты и соды
- ✓ Слушать пение птиц
- ✓ Пускать щепки по течению, рыть каналы и делать запруды
- ✓ Трясти ветку дерева, когда ребенок стоит под ней и устраивать листопад (снегопад, дождик)
- ✓ Показывать фокусы с наэлектризованными бумажными фигурками.
- ✓ Сходить на рыбалку
- ✓ Оставлять отпечатки тела на снегу
- ✓ Строить дом из мебели и одеял
- ✓ Сидеть у костра. Жарить хлеб на прутике
- ✓ Повторять одно слово много раз, чтобы оно превратилось в другое
- ✓ Делать «невидимые» записи молоком
- ✓ Оставить травинку в муравейнике и потом попробовать муравьиную кислоту
- ✓ Пускать мыльные пузыри
- ✓ Прыгать по лужам
- ✓ Залезть на дерево
- ✓ Смотреть на мир через цветные стеклышки
- ✓ Рисовать на запотевшем стекле
- ✓ Надеть на ребенка свою одежду



Говорите своему ребёнку:

- ✓ 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.
- ✓ Мою любимое воспоминание за день, когда мы с тобой (что вы делали вместе).

Рассказывайте ребёнку:

- ✓ Историю его рождения.
- ✓ О том, как вы «нежничали» с ним, когда он был маленький.
- ✓ Историю о том, как вы выбирали ему имя.
- ✓ О себе в его возрасте.
- ✓ О том, как встретились его бабушка и дедушка.
- ✓ Какие ваши любимые цвета.
- ✓ Что иногда вам тоже сложно.
- ✓ Что когда вы держите его 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 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.

