

“25 способов помочь ребенку чувствовать себя счастливым каждый день”



1. Начинать утро с ребенком с улыбки и обнимашек
2. Говорить, как можно чаще, как вы его любите, и как рады, что он у вас есть
3. Говорить “спасибо” за любую помощь или проявление заботы
4. Внимательно слушать ребенка, когда он рассказывает о своих игрушках, о других детках, о своих переживаниях и своих радостях
5. Замечать успехи ребенка
6. Считаться с мнением и ребенка, и уважать его выбор

7. Позволять ребенку совершать свои ошибки (если это не касается вопросов жизни и безопасности)
8. Искренне говорить “прости”, когда были не правы
9. Не спорить с мужем при ребенке
10. Не ругать и не указывать ребенку на его ошибки при других людях
11. Говорить: “Я люблю тебя, даже когда злюсь на тебя..”
12. Говорить: “Я люблю тебя, даже когда ты злишься на меня..”
13. Давать ребенку возможность выразить свои негативные эмоции (злость, раздражение, недовольство и т.д.)
14. Каждый день уделять хотя бы 20 минут включенной игре с ребенком
15. Если детей несколько, каждую неделю проводить время, общаясь наедине с каждым ребенком
16. Вспоминать и обсуждать с ребенком, как здорово было провести время вместе и озвучивать, как вам нравится играть с ним
17. Смотреть вместе более ранние альбомы ребенка, рассказывать ему о том, каким он был маленький, что любил делать, во что играть, как шлодничать :), как помогать, как называть младшую сестренку или братика..
18. Вместе рассматривать семейные альбомы, рассказывать о своем детстве, о бабушках и дедушках, о интересных историях из их жизни
19. Приучать ребенка делать домашние дела вместе, общаясь и играя

20. Позволять себе окунуться в детство вместе с ребенком (ловить мыльные пузыри, прыгать по лужам, бегать босиком, прыгать через скакалочку, бросаться подушками, корчить рожицы, пролезать через “паутинку”, разгадывать подкидываемые ребенком задания т.д.)
21. Иметь семейные традиции (например, печь с мамой яблочные пироги по воскресеньям, ходить с папой на футбольные матчи любимой команды, всей семьей кататься на роликах и т.д.)
22. Почаще устраивать детям семейные праздники, тематические дни, квесты, викторины и разные сюрпризы
23. Не ждать от ребенка благодарности
24. Любить и принимать себя
25. Наполнять свой источник сил и поддерживать себя в ресурсном состоянии.

С любовью,

Светлана Петрова

Проект “Бизнес-Мама Онлайн”

<http://businessmama-online.com/>

