

Поради батькам

Десять кроків, щоб стати кращими батьками.

1. Любов є найважливішою потребою усіх дітей і однією з основних передумов позитивної поведінки дитини. Батьківська любов допомагає дитині формувати впевненість у собі, викликає почуття власної гідності.
2. Прислухуйтеся до того, що говорить Ваша дитина. Цікавтеся тим, що вона робить і відчуває.
3. Всі взаєностосунки, в тому числі й ті, що будуються на любові й довірі, потребують певних обмежень. Батьки самі мають визначити ці обмеження для дітей. Пам'ятайте, що порушення дітьми будь-яких обмежень є для них природним процесом пізнання, і не варто це розцінювати як прояв неслухняності.
4. Сміх допомагає розрядити напружену ситуацію. Часом батьки бувають занадто серйозними. Це заважає їм сповна відчути радість батьківства. Вмійте побачити веселі моменти при кожній нагоді.
5. Намагайтесь побачити світ очима Вашої дитини і зрозуміти її почуття.
6. Хваліть і заохочуйте дитину.
7. Поважайте свою дитину так, як поважали б дорослого. Дозвольте дитині брати участь у прийнятті рішень, особливо тих, що стосуються її. Прислухайтесь до думки дитини. Вибачайтесь, якщо вчинили неправильно по відношенню до дитини.
8. Плануйте розпорядок дня дитини. Діти почуватимуться більш безпечно, якщо дотримуватимуться розпорядку дня.
9. У кожній сім'ї є свої правила. Будьте послідовними і їх дотриманні, про намагайтесь виявляти певну гнучкість щодо дотримання цих правил маленькими дітьми.
10. Не забувайте про власні потреби! Коли батьківство починає надто нагадувати важку працю, і ви відчуваєте, що Вам бракує терпіння, приділіть трохи часу лише собі. Робіть те, що приносить Вам задоволення. Якщо Ви розумієте, що втрачаєте контроль над собою і можете накричати на дитину, образити, принизити чи вдарити її, залиште дитину на кілька хвилин, порадуйтеся до десяти і заспокойтеся.