

12 кроків, щоб стати кращими батьками

1 Любіть свою дитину

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 Слухайте свою дитину

Прислухайтесь до того, що говорить Ваша дитина. Цікавтеся тим, що вона робить і відчуває.



3 Поважайте свою дитину

Дозвольте дитині брати участь в ухваленні рішень, особливо тих, що стосуються її самої. Якщо Ви змушені сказати дитині щось неприємне, подумайте, яким чином Ви сказали б це дорослому. Вибачайтесь, якщо вчинили неправильно стосовно дитини.



4 Хваліть і заохочуйте свою дитину

Сподівайтесь, що дитина поводитиметься добре, й заохочуйте докладати зусиль для цього.

Хваліть її за хорошу поведінку.



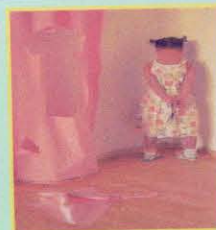
5 Смійтеся разом зі своєю дитиною

Часом батьки бувають занадто серйозними. Це заважає їм сповна відчути радощі батьківства. Вмійте побачити веселі моменти й дозволяйте собі сміх при кожній нагоді.



6 Намагайтеся зрозуміти почуття своєї дитини

Пригадайте, як Ви почувалися, коли були дитиною, і яким незрозумілим здавався Вам світ дорослих, коли з Вами чинили несправедливо.



7 Плануйте розпорядок дня своєї дитини

Діти почуватимуться більш безпечно, якщо дотримуватимуться чіткого розпорядку дня.



8 Допомагайте своїй дитині

Діти вчаться, наслідуючи поведінку дорослих.

Ваша поведінка – приклад для наслідування.



9 Довіряйте своїй дитині

Не сперечайтесь з дитиною про справи, які не мають великого значення. Дозвольте їй зробити вибір: нехай сама вирішує, у що одягтись чи що їсти. Таким чином можна запобігати проявам образи та непокорі з боку дитини. Вона не дорікатиме, що Ви її постійно контролюєте.



10 Розмовляйте зі своєю дитиною

Дослідження доводять, що вимоги дорослих часто видаються дітям незрозумілими. Не шкодуйте часу, щоб поговорити з дитиною. Чим більше Ви будете цікавитися своєю дитиною, тим ближчими будуть ваші стосунки.



11 Вибачайте своїй дитині

Ви можете вберегти свою дитину від напружень, пов'язаних із почуттям провини, якщо навчитесь пробачати її. Краще тримати цінні, крихкі та небезпечні предмети у недоступних місцях, а ніж потім карати дитину за її природжену цікавість.



12 Не надавайте надмірного значення заохоченням і покаранням

У міру дорослішання дитини покарання і заохочення стають дедалі менш ефективними. Пояснійте причину, яка впливає на Ваше рішення. Прагніть до компромісу у спілкуванні зі старшими дітьми, а з меншими використовуйте тактику відволікання, переключення уваги.

