

**Как подарить счастье  
своему ребенку**

**20 марта  
Международный день  
счастья**

**Дети – это наше будущее,  
наследие, продолжение нас  
самих. Когда в нашей жизни  
появляется малыш, в ней  
также появляется и большая  
ответственность. Радужные  
воспоминания и счастье,  
которые мы дарим нашим  
детям, влияют и остаются с  
ними на всю жизнь.**

# **Будьте ближе к ребенку...**

**Говорите своему ребенку:**

**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.**

# 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?



# **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 ребенку.**

**Стремление к счастью  
является общим чувством  
для всех людей нашей  
планеты**



**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!**