• Отдавайте:

- **54.** Смотрите на вашего ребенка добрыми глазами.
- 55. Улыбайтесь, когда ваш ребенок заходит в комнату.
- **56.** Отвечайте взаимностью, когда ваш ребенок вас касается.
- 57. Настройте контакт, прежде чем что-то говорить (исправлять), чтобы ваш ребенок действительно вас услышал.
- 58. Давайте вашему ребенку возможность справиться со своим недовольством (гневом, злостью), прежде чем оказать ему помощь.
- 59. Делайте ванну в конце долгого дня.
- 60. Выберите сами ваш любимый способ быть добрым к вашему ребенку.

По материалам психолога Елены Макаренко

Меморандум родителей Пермского края

Самая важная на Земле профессия — быть родителем.

Дети— наши, и именно от нас зависит, какими людьми они вырастут.

Любя детей, думая о сохранении своего Рода, своей страны, мы учимся быть родителями.

Кем станут наши мальчики и девочки - такое будущее ждет нашу Родину и нас самих.

Любовь к детям, вера в себя делают нас единомышленниками, и мы с вами постоянно помним: ни один из нас не обладает такой силой, как все мы вместе!

Меморандум

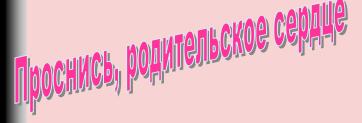
om лат. Memorandum буквально:

то, о чем следует помнить

Суксунский муниципальный район



МДОУ «Детский сад «Улыбка» П. Суксун



60 шагов к тому, чтобы вырастить счастливого ребенка



• Говорите:

- 1. Я люблю тебя.
- 2. Люблю тебя, несмотря ни на что.
- 3. Я люблю тебя, даже когда ты злишься на меня.
- 4. Я люблю тебя, даже когда я злюсь на тебя.
- 5. Я люблю тебя, даже когда ты далеко от меня. Моя любовь всегда с тобой.
- 6. Если бы я могла выбрать любого ребенка на Земле, я бы все равно выбрала тебя.
- 7. Люблю тебя как до луны, вокруг звезд и обратно.
- 8. Спасибо.
- 9. Мне понравилось сегодня с тобой играть.
- 10. Мое любимое воспоминание за день, когда мы с тобой что-то делали вместе.

• Рассказывайте:

- 11. Историю их рождения или усыновления.
- 12. О том, как вы «нежничали» с ними, когда они были маленькие.
- 13. Историю о том, как вы выбирали им имена.
- 14. О себе в их возрасте.
- 15. О том, как встретились их бабушки и дедушки.
- 16. Какие ваши любимые цвета.
- 17. Что иногда вам тоже сложно.
- 18. Что когда вы держите их за руку и сжимаете ее 3 раза, это секретный код, который означает *люблю тебя*.
- 19. Какие у вас планы на ближайшее будущее.
- 20. Чем вы сейчас занимаетесь.

• Слушайте:

- 21. Вашего ребенка в машине.
- 22. Что ваш ребенок рассказывает про свои игрушки, и подумайте, насколько это для него важно.
- 23. Вопрос, в котором ваш ребенок действительно нуждается в вашей помощи.
- 24. На одну секунду дольше, чем позволяет ваше терпение.
- 25. Чувства, которые стоят за словами вашего ребенка.

• Спрашивайте:

- 26. Почему, как ты думаешь, это случилось?
- 27. Как думаешь, что будет если ...?
- 28. Как нам это выяснить?
- 29. О чем ты думаешь?
- 30. Какое у тебя самое приятное воспоминание за день?
- 31. Как думаешь, какое оно на вкус?

• Показывайте:

- 32. Как сделать что-то, вместо того, чтобы запрещать это делать.
- 33. Как свистеть в травинки.
- 34. Как тасовать карты, сделать веер (домик).
- 35. Как нарезать еду.
- 36. Как складывать белье.
- 37. Как искать информацию, когда вы не знаете ответа.

- 38. Привязанность к вашему супругу.
- 39. Что заботиться о себе и ухаживать за собой очень важно.

• Выделите время:

- 40. Чтобы вместе понаблюдать за строительными площадками.
- 41. Чтобы посмотреть на птиц.
- 42. Чтобы ваш ребенок помог вам готовить.
- 43. На походы.
- 44. Чтобы покопаться вместе в грязи.
- 45. Чтобы выполнять задания в темпе вашего ребенка.
- 46. Чтобы просто посидеть с вашим ребенком, пока он играет.

• Порадуйте своего ребенка:

- 47. Сделайте какой-нибудь сюрприз.
- 48. Положите шоколад в блины.
- 49. Выложите еду или закуску в форме смайлика.
- 50. Играйте с ними на полу.

• Отпускайте:

- 51. Чувство вины.
- 52. Ваши мысли о том, как должно было быть.
- 53. Вашу потребность быть правым.