

КАК ДАТЬ РЕБЕНКУ ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ ЗНАЧИМЫМ

- Общение на равных. Присядете на корточки или приподнимите ребенка, поставив его, например, на стул, чтобы ваш контакт был на уровне глаз.
- Попросите ребенка вас чему-нибудь научить.
 - Спросите у ребенка совета.
 - Поинтересуйтесь планами ребенка и старайтесь учитывать их в собственном планировании.
- Стучитесь к ребенку в комнату, спрашивайте разрешения взять его вещь.
- Просите о помощи в чем-либо, и после ее получения не критикуйте действия ребенка.
- Давайте ребенку посильные поручения.
 - Одобряйте ребенка вообще, как личность. Возможна только безоценочная критика поведения, поступков, а не личности ребенка.
- Поддерживайте ребенка в трудной ситуации. Приведите пример из собственной жизни, найдите 2-3 позитивных момента в происходящем, т.е. формируйте оптимистичный взгляд на жизнь.
- Разговаривайте с ребенком как со взрослым, не сюсюкайте.
- Встречайте и провожайте ребенка как лучшего друга.
- Позволяйте ребенку выражать свои чувства и делитесь своими чувствами.
- Позволяйте детям делать ошибки и встречаться с их последствиями. Отрицательный опыт — это тоже опыт.
- Концентрируйте внимание не на ошибке, а на том, как выйти из сложной ситуации.
- Позволяйте ребенку защищать себя от младших и от девочек, только научите делать это правильно, без агрессии.
- Если вы не правы — просите прощения.
 - 100% вашего внимания ребенку минимум 15 мин. в день. Телесный контакт с ребенком не менее 2-3 раз в день по несколько минут. Обнимите ребенка, посидите с ним на диване, тесно прижавшись, посадите его на колени и т.п



Ребенок ощущает себя искренне любимым, осознает свою значимость и чувствует заботу, одобрение и уважение с вашей стороны.