***Родителям на заметку***

Бывает, что мы не знаем, как, воспитывая ребенка, выразить ему всю свою любовь, сделать его счастливым и одаренным. А ведь это так важно! «Секреты», которые помогут при общении с вашим ребенком.

**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. Какой у вас план.

20. Чем вы сейчас занимаетесь.

**Слушайте:**

21. Вашего ребенка в машине.

22. Что ваш ребенок рассказывает про свои игрушки; 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, 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 резать еду.

36. Как складывать белье.

37. Как искать информацию, когда вы не знаете ответа.

38. Привязанность к вашему супругу.

39. Что заботиться о себе, ухаживать за собой очень важно.

**Выделите время:**

40. Чтобы посмотреть на птиц.

41. Чтобы ваш ребенок помог вам готовить.

42. Ходить в какие-то места вместе.

43. Копаться вместе в грязи.

44. Чтобы выполнять задания в темпе вашего ребенка.

45. Чтобы просто посидеть с вашим ребенком, пока он играет.

**Порадуйте своего ребенка:**

46. Сделайте сюрприз и уберите в его комнате.

47. Положите шоколад в блины.

48. Выложите еду или закуску в форме смайлика.

49. Сделайте какие-то звуковые эффекты, когда помогаете ему что-то делать.

50. Поиграйте с ним на полу.

**Отпускайте:**

51. Чувство вины.

52. Ваши мысли о том, как должно было быть.

53. Вашу потребность быть правым.

**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. Принимайте ванну в конце длинного дня.

60. Выберите сами ваш любимый способ быть добрым к вашему ребенку.

