Секреты общения с ребенком  
  
Говорите своему ребенку:  
1. Я люблю тебя.  
2. Люблю тебя, не смотря 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. Мою любимое воспоминание за день, когда мы с тобой \*\_\_\_\_\_\_\* (что вы 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, и подумайте, насколько это для него важно.  
23. Вопрос, в котором ваш ребенок действительно нуждается 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.  
38. Что заботиться о себе (ухаживать за собой) очень важно.  
  
Выделите время:  
39. Чтобы понаблюдать за строительными площадками.  
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 им что-то делать.  
50. Играйте с ними 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 справится со своим недовольством (гневом, злостью), прежде чем оказать ему помощь.  
59. Делайте ванну в конце длинного дня.  
60. Выберите сами ваш любимый способ быть добрым к вашему ребенку.

