

САМЫЕ ВАЖНЫЕ МИНУТЫ ДНЯ С РЕБЕНКОМ!



Сколько времени вы проводите со своим ребенком? Если ваше сердце болезненно сжалось, когда вы прочитали этот вопрос, вы — один из миллионов современных работающих родителей, которые чувствуют вину за то, что не уделяют ребенку достаточно времени.

Очень трудно успевать все: работать, решать проблемы, делать домашние дела, заботиться о семье и находить время на то, чтобы просто побыть с ребенком.

Но дело не всегда в количестве. Иногда несколько минут с ребенком могут дать ему понять: мама или папа рядом, они любят его, он для них — самый важный человек в мире.

Первый момент после пробуждения утром

Пробуждение может быть нежным и приятным. Найдите несколько минут, чтобы разбудить ребенка без спешки, быть рядом в момент перехода от сна к бодрствованию. Обнимите и поцелуйте ребенка, пожелайте ему доброго утра. Спросите, чего он ждет с нетерпением сегодня. Что его беспокоит? Скажите ему что-нибудь, что сделает его день более радостным.

Момент после возвращения из школы или садика

Покажите ребенку, как вы рады его видеть. Крепко обнимите. Скажите, что вы думали о нем. Расспросите, как прошел его день. Расскажите о своем дне. Угостите ребенка чем-нибудь вкусным.

Момент перед засыпанием

Потрите ребенку спинку или ножки, сделайте легкий массаж. Спросите, что ему понравилось сегодня больше всего, что его рассмешило. Узнайте, какой сон он хотел бы увидеть. Спойте его любимую песенку или расскажите сказку. Обнимите ребенка и поцелуйте, подоткните ему одеяло. Пожелайте сладких снов.

А какие моменты с детьми вы любите больше всего?