

52 поради

які потрібно вирізати!



Складіть їх у баночку та діставайте по одній щотижня!



Спільна гра з дитиною - це дуже важливо. Та ви не будете в змозі проводити увесь вільний час, граючись. Дитина повинна навчитися гратися сама.

Якщо ви ворогуєте зі своїм партнером, обговорюйте ваші розбіжності на віддалі від дитячих вух та очей.

Нехай дитина грається з костюмами! Адже коли прийде час одягатися самостійно, вона буде достатньо незалежною та підготовленою.

Допоможіть дитині розповісти про свій день, запитавши про найяскравіший момент та розказавши їй про свій.

Коли сім'я збирається разом (ви обідаєте, займаєтесь вечірніми процедурами, виходите гуляти в парк), передбачте, що жоден член вашої сім'ї не братиме в руки ґаджети.

При розмові зі своєю дитиною дивіться їй в очі та вимагайте від неї того ж. Це змусить її бути уважнішою.

Подаючи деякі серйозні завдання у формі гри, ви зможете приділяти дитині більше уваги та якісно проводити з нею час.

Залучайте дитину до виконання хатніх справ! Це допоможе їй стати більш впевненою в собі.

Щоб рівномірно розподілити хатні обов'язки між партнерами, зробіть чіткий розклад того, хто, що та коли робить.

Не критикуйте свою половинку перед дитиною. Неприпустимо нівелювати авторитет чи принижувати один одного.

Часто дозволяйте дитині просто гратися та веселитися, як вона того хоче, не нав'язуючи власних правил.

Навчіться казати "ні". Не намагайтесь догодити всім і в усьому, відкладаючи власні потреби у дальню шухляду.

Коли дитина на ніч залишається у близьких друзів та родичів, вона розвиває в собі самостійність і, як наслідок, краще адаптується до нових умов.

Нічого дивного в тому, що в дідусів та бабусь не ті ж самі вимоги до своїх онуків, що й в батьків. Вони не виконують навчальної ролі, на відміну від мами й тата.

Для того, щоб дитина змогла зрозуміти та навчитися поважати правила, їй необхідно часто їх повторювати.

Ваша дитина вимагає вашої уваги, бо хоче відчувати себе любимою та важливою.

Абсолютно нормальним є те, що ваша дитина любить гратися в одні й ті ж ігри та читати декілька улюблених історій знову й знову.

Навчальний контент можна легко знайти на екранах, але буде краще, якщо ви особисто навчите своїх дітей застосовувати його в житті.

Щоб розвинути мовлення вашої дитини, здогадуйтеся та повторюйте те, що дитина хоче сказати, намагаючись багато з нею говорити.

Навіть якщо від електронних пристроїв в сучасному світі нікуди не дітися, встановлюйте вашій дитині обмеження. Таким чином вона віддаватиме іншим видам діяльності більше часу.

Проводячи час з дитиною, ви задовольняєте її потребу в увазі, і потім їй стає легко гратися самостійно.

Щоб дитина виконувала інструкції, ви повинні спочатку переконатися, що він або вона їх насправді розуміє.

Коли малеча надмірно збуджена, знайте, що в цей момент їй необхідно визволити накопичені емоції та напругу.

Для маленької дитини є абсолютно нормальним не ділитися своїми іграшками. Часто дитина просто не розуміє, що через певний час вона отримає їх назад.



naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

52 поради ✂ які потрібно вирізати!



Коли ви розгнівані, перекачайте деякий час, щоб заспокоїтися, і тільки тоді взаємодійте з вашою дитиною.	Дві-три хвилини релаксації/медитації на день призведуть до покращення уваги та самопочуття вашої дитини.	Прив'язаність, яку ви даруєте своїй дитині, взаємодіючи з нею протягом дня, сприяє належному розвитку її мозку.	Коли ви просите дитину розповісти, що, за її думкою, далі станеться в історії, вона розвиває своє мислення та вчиться робити правильні висновки.
Підходьте до вирішення маленьких життєвих проблем з гумором і показуйте своїй дитині, що вони викликають у вас радше посмішку, аніж роздратування.	Саме спостерігаючи за вами, дитина вчиться ділитися, чекати своєї черги та ввічливо щось просити. Ви для неї взірць!	Так, як і вам, дитині потрібні моменти спокою та час наодинці з собою, коли немає нічого запланованого, що потребує якоїсь організації.	Іграшки, які перестали цікавити малечу, потрібно ховати і знову повертати на місце через кілька місяців. Вони знову стануть бажаними!
Частіше розглядайте книжки разом з вашою дитиною, не тільки перед сном.	В бібліотеці беріть книги найрізноманітнішої тематики! Це дозволяє дитині визначитися зі своїми смаками в літературі.	Навчіть дитину складати свої іграшки! Це розвиває в ній самоорганізацію та відчуття відповідальності.	Зосередьтеся на успіхах малечі та не займайтесь порівнянням з іншими дітьми.
Коли ваша дитина робить мовленнєву помилку, не просіть її повторити сказане. Просто правильно перефразуйте речення.	Дозволяйте дитині досліджувати свої таланти та проявляти інтерес навіть до тих видів діяльності, які загалом не є характерними для її статі.	Допоможіть дитині в подоланні труднощів і виправленні помилок. Наприклад, якщо крихітка розлила склянку з молоком, візьміть ганчірку та разом позбудьтесь наслідків.	Танці, активні ігри з вашою дитиною впродовж 5—10 хвилин після повернення додому з садочку можуть бути чудовим рішенням для зняття стресу в кінці робочого дня.
Щоденно присвячуйте вашій дитині час, коли ви належите тільки їй. Без гаджетів та планування розкладу на наступний день.	Не використовуйте смаколики, щоб маніпулювати поведінкою дитини. Надавайте перевагу стікерам, певним привілеям або ж просто обіймам, щоб заохотити малечу.	Коли дитина втручається в розмову в неслухний час, попросіть її зачекати. Потрібно навчити її не перебивати.	Коли ви ставитеся до дівчаток і хлопчиків однаково, ви вчите вашу дитину гендерній рівності.
Завдяки щоденним маленьким звичкам у дитини вимальовується план роботи на день, з якого вона розуміє, що їй потрібно зробити та які види діяльності заплановані.	Домовтесь зі своїм партнером, що той, хто сьогодні відповідальний за приготування їжі, миття посуду або одягання дітей, може це робити на свій розсуд.	Не гнівайтесь, не дорікайте, не шантажуйте своїх маленьких, маючи за мету змусити їх їсти.	Якщо діти б'ються задля веселощів, не варто втручатися, оскільки це - просто гра.
Мовлення кожної дитини розвивається з різною швидкістю. Тільки тому, що одна дитина розмовляє менше, ніж інша, не означає, що в неї проблеми.	Гра - це найважливіший вид діяльності, який допоможе вашій дитині навчитися абсолютно всьому.	Як тільки ви почули дитячий голос, адресований до вас, відкладіть набір телефон, уважно дивіться та слухайте дитину, якій у цей момент необхідна ваша увага.	Малюючи, ваша дитина розвиває свою креативність та вміння, які готуватимуть її до школи.



naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

52 phrases

À DÉCOUPER



Mettez-les dans un pot et pigez-en une chaque semaine !

Même si jouer avec votre enfant est important, vous n'avez pas à jouer avec lui en tout temps. Il doit aussi apprendre à jouer seul.

Si vous ne vous entendez pas avec votre partenaire, discutez de vos désaccords à l'écart de votre tout-petit.

Laissez votre enfant jouer avec des déguisements ! C'est un bon moyen de l'aider à devenir plus autonome quand vient le temps de s'habiller.

Aidez votre tout-petit à raconter sa journée en lui demandant quel a été son moment préféré et en racontant le vôtre.

Prévoyez des périodes sans écran et sans téléphone à des moments importants de votre vie familiale : repas, routine du coucher, sorties au parc, etc.

Lorsque vous parlez à votre enfant, regardez-le dans les yeux et demandez-lui d'en faire autant. Cela l'encourage à être plus attentif.

Transformer certaines tâches en jeu vous permet de donner de l'attention à votre enfant et de passer du temps avec lui.

Laissez votre enfant participer aux tâches de la maison ! Cela l'aidera à bâtir sa confiance en lui.

Pour partager les tâches de façon équitable, entendez-vous clairement avec votre partenaire sur qui fait quoi et à quel moment.

Ne critiquez pas l'autre parent devant votre enfant. Votre tout-petit vous aime tous les deux.

Donnez souvent du temps pour jouer à votre enfant et laissez-le s'amuser sans imposer vos règles.

Apprenez à dire non. Ne vous acharnez pas à faire plaisir aux autres en mettant de côté vos propres besoins.

Lorsque votre enfant dort chez des proches, il développe son autonomie et sa capacité d'adaptation.

Il est normal que les grands-parents n'aient pas les mêmes exigences que les parents. C'est parce qu'ils n'ont pas un rôle éducatif à jouer.

Un enfant a besoin qu'on lui répète souvent les règles pour les comprendre et les respecter.

Votre enfant cherche votre attention parce qu'il a besoin de se sentir aimé et important.

Il est normal que votre enfant aime recommencer les mêmes jeux et se faire lire plusieurs fois les mêmes histoires.

Il existe du contenu éducatif sur les écrans, mais votre enfant apprend mieux si vous êtes avec lui lorsqu'il les utilise.

Pour développer le langage de votre enfant, aidez-le à mettre des mots sur ce qu'il essaye de dire et parlez-lui beaucoup.

Même si les écrans font partie du quotidien, posez des limites à votre enfant afin qu'il consacre assez de temps à d'autres activités.

Lorsque vous passez des moments avec votre enfant, vous comblez son besoin d'attention et cela l'aide à jouer seul ensuite.

Pour que votre enfant respecte une consigne, il faut d'abord vous assurer qu'il la comprend bien.

Quand un tout-petit est excité, c'est généralement pour libérer des émotions ou des tensions accumulées.

Il est normal qu'un tout-petit ait du mal à partager un jouet. C'est parce qu'il ne comprend pas qu'il va le récupérer plus tard.



naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

52 phrases ✂ À DÉCOUPER



Lorsque vous êtes en colère, prenez le temps de vous calmer avant d'intervenir.	Faire deux ou trois minutes de relaxation par jour avec votre tout-petit peut améliorer sa capacité d'attention et son bien-être.	L'affection que vous donnez à votre enfant et les interactions que vous avez avec lui favorisent le bon développement de son cerveau.	Quand vous demandez à votre enfant de deviner ce qui va arriver dans une histoire, il s'exerce à réfléchir et à faire des déductions.
Abordez les petits problèmes de la vie avec humour et montrez à votre enfant que vous êtes capable d'en rire.	C'est en vous observant que votre enfant apprend à partager, à attendre son tour et à demander les choses gentiment. Vous êtes son modèle!	Comme vous, votre tout-petit a besoin de moments de pause et de solitude durant lesquels il n'y a rien de prévu ni d'organisé.	Cachez, pour un temps, les jouets avec lesquels votre enfant ne joue plus et ressortez-les quelques mois plus tard. Il les appréciera de nouveau!
Regardez souvent des livres avec votre enfant, même quand ce n'est pas la routine du soir!	Empruntez des livres sur différents sujets à la bibliothèque! Cela permet à votre enfant de découvrir ses goûts en matière de lecture.	Apprenez à votre tout-petit à ranger ses jouets! Cela développe son sens de l'organisation et des responsabilités.	Concentrez-vous sur les progrès de votre tout-petit et ne le comparez pas aux autres enfants.
Lorsque votre enfant fait une erreur en parlant, reformulez sa phrase de la bonne façon, sans lui demander de répéter.	Permettez à votre enfant d'explorer ses talents et ses intérêts, même s'ils ne sont pas typiques de son sexe.	Aidez votre enfant à surmonter ses difficultés et à réparer ses erreurs. Par exemple, s'il a renversé son verre de lait, invitez-le à ramasser le dégât avec vous.	Bouger de 5 à 10 minutes avec votre enfant lors du retour à la maison peut être très bénéfique pour évacuer le stress de la journée.
Chaque jour, prévoyez un moment où vous êtes pleinement disponible pour votre enfant, sans écran et sans penser à la liste de choses à faire.	N'utilisez pas les aliments pour récompenser votre enfant. Préférez les autocollants, les privilèges ou les câlins pour le féliciter.	Lorsque votre enfant interrompt une conversation, demandez-lui d'attendre afin qu'il apprenne à ne pas couper la parole.	Lorsque vous traitez les filles et les garçons de la même façon, vous contribuez à enseigner l'égalité à votre enfant.
Avoir des routines aide votre enfant à savoir ce qu'il doit faire et ce qui va arriver ensuite.	Acceptez que le parent qui est responsable de faire le repas, le lavage ou d'habiller les enfants le fasse à sa façon.	Évitez de vous fâcher, de faire des reproches ou du chantage pour que votre enfant mange un aliment.	Si vos enfants se battent pour s'amuser, il n'est pas nécessaire d'intervenir puisqu'il s'agit d'un jeu.
Chaque enfant développe son langage à son rythme. Ce n'est pas parce qu'un tout-petit parle moins qu'un autre qu'il a nécessairement des difficultés.	Le jeu est l'activité la plus importante pour aider votre enfant à faire des apprentissages.	Prenez l'habitude de déposer tout de suite votre téléphone et de regarder votre enfant quand il vous parle ou quand il veut obtenir votre attention.	Quand il dessine, votre enfant développe sa créativité ainsi que des habiletés qui le préparent pour l'école.



naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir

naître
ET grandir