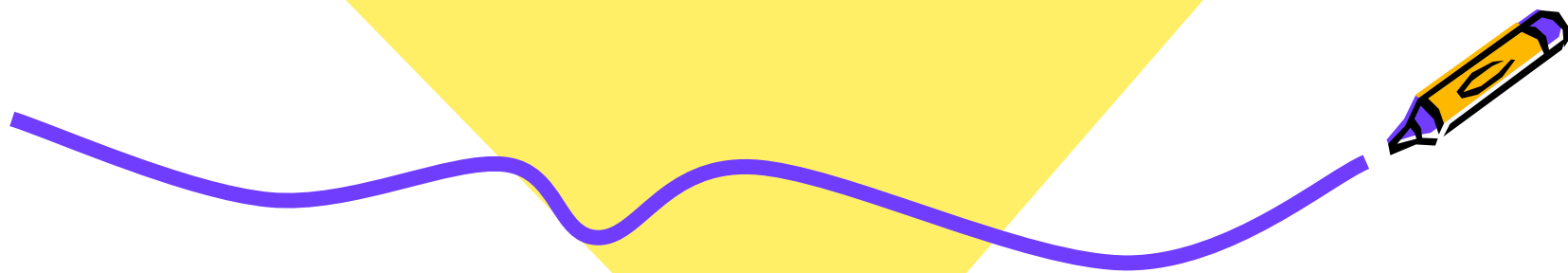


RELAȚIA PĂRINTE-COPIL..



Activitate cu părinții



• Pe ce se bazează o relație pozitivă părinte-copil?

TIMP

Nevoia de conectare
Să-l facem să se simtă valorizat, important
Ascultare activă

AFECTIUNE


Să-i oferim zilnic mici dovezi de dragoste
Acceptare necondiționată

ÎNȚELEGERE, ÎNCREDERE, ÎNCURAJARE

Să ținem cont de punctele de vedere, părerile copilului
Respect

AUTONOMIE

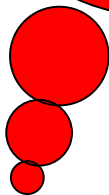
Să îi dăm posibilitatea să facă singur ceea ce poate, să facă alegeri, să ia decizii
Competență



Cum să relaționăm

mai bine cu copiii noștri?

Comunicare
eficientă



Reflecțați asupra următoarelor exemple de afirmații în funcție de cât de des le folosiți în comunicarea cu copilul dumneavoastră (sau afirmații asemănătoare acestora)



Exemple de afirmații	Rar	Uneori	Des	Exemple de afirmații	Rar	Uneori	Des
Bravo, m-ai ajutat mult! Te miști prea încet. Hai să te îmbrățișez Ai făcut foarte bine! Îți poți alege tu ce poveste să îți citesc. Hai, spune-mi ce te necăjește, cine te-a necăjit?				Întotdeauna încurci lucrurile. Nu ești în stare nici de asta Lasă-mă acum, nu am timp, nu mă deranja Iar trebuie să te cert că ai... Iar ți-ai stricat jucăria! Dacă nu te oprești, pleacă și te las aici!			



Experiențele care favorizează formarea imaginii de sine pozitivă:

- Îl încurajăm, valorizăm capacitățile, ne exprimăm încrederea față de copil, recunoaștem eforturile pe care le face copilul
- îl ascultăm, îi vorbim cu respect
- îi acordăm atenție pozitivă.

• Copiii cu imagine de sine pozitivă se vor manifesta astfel:

- își asumă responsabilități
- se comportă independent
- e mândru/ă de realizările lui/ei
- realizează fără probleme sarcini noi
- își exprimă emoțiile (cele pozitive și cele negative)
- se înțelege bine cu ceilalți colegi,
- oferă ajutor și sprijin celorlalți colegi



Experiențe care îi formează copilului o imagine de sine negativă:

- este des criticat
- i se vorbește pe un ton ridicat
- deseori e ignorat
- așteptările celorlalți de la el sunt prea mari sau prea mici în raport cu posibilitățile
- este frecvent comparat defavorabil cu alți copii

Copilul cu o imagine de sine negativă se va manifesta astfel:

- *Spune deseori "eu nu știu să fac"*
- *Nu este mulțumit de realizările /ceea ce face*
- *Evită să realizeze sau să se implice în sarcini noi*
- *Spune mereu "mi-e frică"*
- *Are deseori trăiri emoționale negative*
- *Nu are încredere în forțele proprii*



Exercițiu-joc

Situații:

- Copilul aleargă dintr-o cameră în cealaltă de 10 minute.
- Copilul nu dorește să se ridice din fața televizorului/tabletei deși l-ați rugat de 2 ori deja

Cereți-i copilului să se oprească folosind afirmații pozitive (spunându-i ce să facă, NU ce să nu facă);

Oferiți-i alternative, ce altceva ar putea face



COPII ECHILIBRAȚI -PĂRINȚI MULȚUMIȚI



10 LUCRURI SIMPLE care ÎMBUNĂTĂTESC RELAȚIA părinți-copii

- 1 Să zâmbim mai mult și să râdem cu poftă, împreună.
- 2 Să folosim cuvinte drăguțe și să nu ridicăm tonul. Țipatul alterează relația.
- 3 Să îi îmbrățișăm și să îi mângâiem mai des.
- 4 Să le citim povești și să facem jocuri de echipă.
- 5 Să avem tradiții ale familiei; să sărbătorim, să preparăm și să mâncăm împreună.
- 6 Să le cerem copiilor părerea și ajutorul. Să-i lăsăm să ne învețe câte ceva.
- 7 Să nu le impunem totul. Să le dăm opțiuni.
- 8 Să le apreciem eforturile. Să-i încurajăm.
- 9 Să ne adresăm cu "te rog" și "mulțumesc".
- 10 Să mai uităm de criticism și pedepse.

© www.librarie.copilulverde.ro





Cel mai bun lucru pe care putem să-l cheltuim pentru copiii noștri este timpul nostru." (Louise Hart)

SĂ AVEM TIMP PENTRU COPIII NOȘTRI,
CA NICIODATĂ SĂ NU REGRETĂM CEEA CE
AM GREȘIT!

Vă mulțumesc pentru atenție

Material întocmit: Motyosovszki Hajnalka, profesor consilier