

Odgajanje dece u stresnim vremenima



Druženje

Na stresna vremena se teško navikne, ali svojoj deci možete pružiti podršku na mnogo načina.

Druženje s decom je neverovatna prilika da im pomognete da se osećaju voljeno i sigurno.

Ovi saveti će vam pomoći da im pokažete koliko su vam važni.

Uživajte u vremenu koje provodite zajedno

Odvojite vreme za igru ili razgovor sa svojim detetom ili tinejdžerom. Uvrstite druženje u dnevnu rutinu i za njega rezervišite uvek isto vreme.

Pitajte dete šta želi da radi

Podstaknite samopouzdanje kod svog deteta, bilo da je mlađe ili tinejdžer, tako što ćete ga pustiti da samo odluči šta ćete raditi. Pokažite mu da vam je stalo tako što ćete imati sluha za njegove ideje.

Zabavne ideje za vašu bebu ili malo dete

Zabavite svog mališana dok zajedno provodite vreme tako što ćete:

- Pevati pesmice
- Slagati kamenčiće ili plastične čaše
- Pričati mu priču ili im pokazivati slike

Ne dozvolite da vas u igri ometaju TV ili telefon.

Aktivnosti za druženje s mlađim detetom

- Zajedno čitajte knjigu ili napišite priču koju ćete pročitati detetu
- Napravite kolaž ili mozaik od raznobojnih komadića papira
- Pevajte i igrajte omiljene pesme
- Pretvorite zadatak, npr. spremanje ili čišćenje, u zabavnu igru
- Pomozite detetu oko domaćeg zadatka

Družite se s tinejdžerom

Čak i ako vam je dete malo starije, ima mnogo aktivnosti u kojima možete zajedno uživati:

- Sport, muzika, filmovi – razgovarajte s tinejdžerom o stvarima koje ga zaista zanimaju
- Zajedno pripremite neko ukusno jelo ili ispecite hleb
- Bavite se nekom fizičkom aktivnošću. Možete zajedno otići na trčanje ili odigrati partiju basketbola

Kada dete pitate i zajedno smislite aktivnosti, sigurno ćete i vi i ono uživati u zajedničkom druženju.

POGLEDAJTE SVE SAVETE I VIDEO ZAPISE