

JAK ZBUDOWAĆ POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA U SWOJEGO DZIECKA

Wszyscy wiemy, że dzieci potrzebują
poczucia bezpieczeństwa.
Ale jak to zrobić?

RODZICU!

OTO 7 KROKÓW DO SUKCESU
– aby Twoje dziecko mogło poczuć się bezpiecznie:

1. Nieustannie dawaj odczuć dziecku, że **jestes obok** i zawsze pomożesz.
2. **Pomagaj** swojemu dziecku w poradzeniu sobie z gwałtownymi emocjami (lękiem, smutkiem, złością).
3. **Wspieraj emocjonalnie** swoje dziecko w sytuacjach trudnych takich jak wizyta w przychodni, zmiana rytmu dnia, choroba.
4. Daj swojemu dziecku **poczucie przynależności**: stwórz mu własny kącik do zabawy, oswajaj z najbliższym otoczeniem.
5. Znajdź dla swojego dziecka **przytulankę-pocieszyciela**, pozwalaj, aby dziecko mogło wszędzie je zabierać.
6. Daj odczuć swojemu dziecku, że kochasz je **bezwarunkowo**.
7. Wyznacz **jasne reguły**, postaw granice, określ zasady – nie zmieniaj ich w zależności od pory dnia czy swojego humoru.

