

Корисні поради від соціального педагога

1. Даруйте дитині любов і підтримку

- Щодня нагадуйте дитині, що ви її любите.
- Говоріть теплі слова, обіймайте, слухайте уважно.
- Дитина має знати: удома її завжди розуміють і приймають.

2. Допмагайте дитині висловлювати емоції

- Не знецінюйте почуття (“не бійся”, “не плач”) — дайте змогу виговоритись.
- Пояснюйте, що всі емоції — нормальні.
- Малюйте, розмовляйте, використовуйте гру як спосіб зняти напруження.

3. Зберігайте стабільність і режим

- Дотримуйтесь звичних побутових ритуалів: спільна вечеря, читання, прогулянка.
- Режим дня допомагає дитині відчувати безпеку навіть у непростих умовах.

4. Підтримуйте навчання з розумінням

- Хваліть дитину за старання, а не лише за оцінки.
- Допмагайте виконувати завдання, але не робіть їх замість дитини.
- Цікавтесь, що їй подобається у навчанні, підтримуйте інтерес.

5. Говоріть із дитиною про складні події

- Відповідайте просто і чесно, без зайвих подробиць, які можуть налякати.
- Підкреслюйте, що дитина у безпеці, і є дорослі, які її захищають.

6. Дбайте про власний спокій

- Знаходьте час для відпочинку і відновлення.
- Якщо відчуваєте втому чи тривогу — шукайте підтримки.
- Пам’ятайте: спокійні батьки = спокійна дитина.

7. Будьте прикладом доброти та людяності

- Показуйте дитині важливість взаємодопомоги.
- Робіть разом добрі справи — це формує внутрішню силу й стійкість.

Пам’ятайте:

Ваша любов, терпіння та увага — найкраща допомога дитині у будь-який час.