

Сдружение "Бебе и Дете"



www.bebe-dete.com



Фондация "Същност"



Фондация
Бащинство



Най-щастливото дете



д-р Харви Карп



Ние сме:



Вероника де Буур



Лидия Талатинова

д-р Харви Карп



Д-р Харви Карп в България, 2013г.



Развитие на детето

- * Пренатално развитие, раждане, първите 7 години

Обкръжаващата макро и микро среда:

- Околна среда
- Икономическа среда
- Семейна среда
- Хранене и движение
- Токсичен стрес



Ползите от позитивното родителство:

- Укрепя търпението, уважението и сговорчивостта на детето
- Ще го научи да бъде добър приятел и слушател
- Ще изгради самоувереността и самоуважението му
- Ще му помогне да порасне щасливо и здраво в емоционално отношение
- Не се пренебрегват нуждите на самите родители

Децата обичат да имат ясни граници, защото това ги кара да се чувстват сигурни, че знаят какво да очакват.

Защо децата избухват?

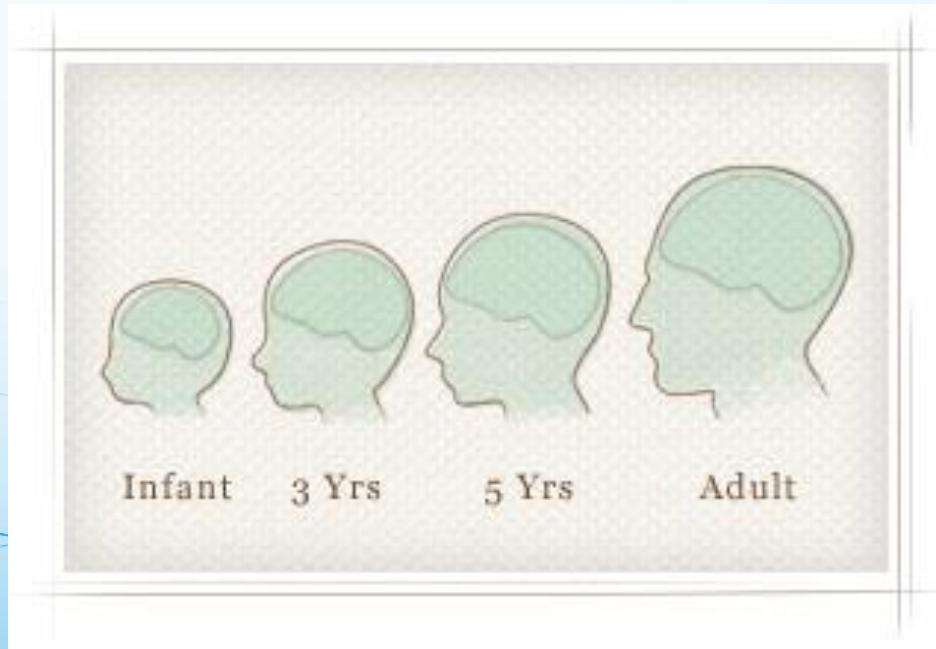
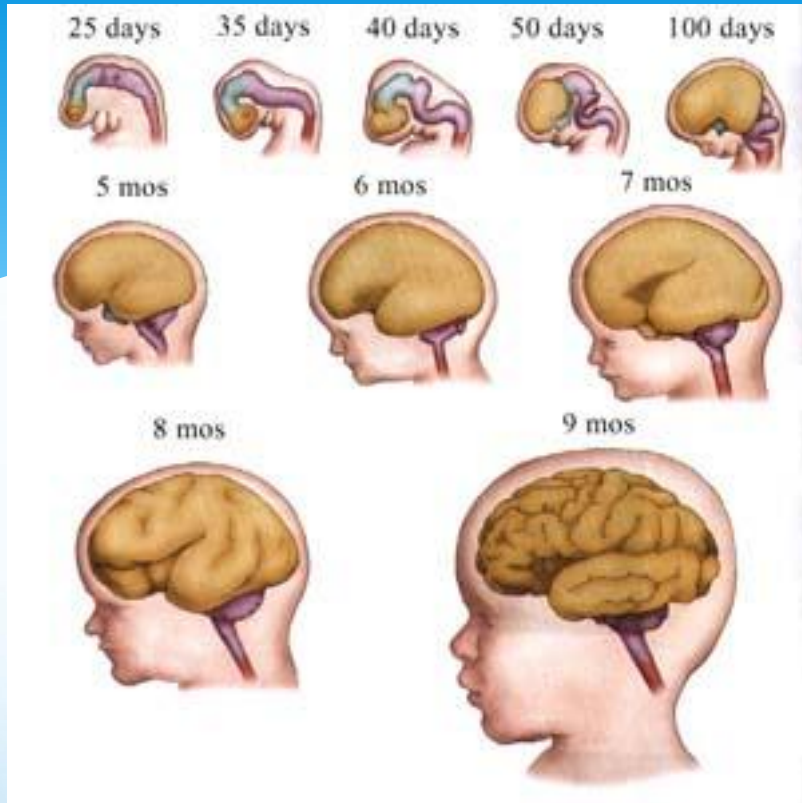
- Не говорят добре
- Твърде много „не-та”
- Светът е твърде възбуждащ и в същото време твърде скучен
- Не излизат навън и не се движат достатъчно
- Тръшкането е ефективно
- Даваме им лош пример
- Детето стига до емоционална задънена улица (много деца, ще се почувстват унижени, ако ги принудим да се подчинят)
- Избухлив темперамент
- Много шоколад или кофеин (много напитки имат кофеин, дори да не са кафе или кола)
- Токсичен стрес



Защо децата избухват?

- Децата не са миниатюрен вариант на голям човек
- Мозъкът на едно малко дете, е небалансиран:

Недоразвитото ляво полукълбо (говора, търпението и логиката) е в постоянна борба и често надвивана от дясното полукълбо на мозъка (центъра на невербалния импулс, емоцията и разбирането на невербалната комуникация, като изражението на лицето, тона на гласа и езика на знаците).



Ролята на родителите

- Ролята на родителите не е да бъдат шеф или приятел на детето си.
- Бъдете Посланик за Вашето дете:
 - Дипломати, които насочват „първобитното“ си човече по пътя към цивилизацията
 - Активни слушатели, които признават чувствата на другия и оставят пространство за своите чувства
 - Изпращат ясни послания

Правилото на рестораните

- По-жадния за внимание говори пръв
- Другият слуша, повтаря това, което са му казали и след това взима думата
- Не е толкова важно какво казвате, а как го казвате
- „Да уллучиш в десетката”

**„Когато другите говорят, слушайте задълбочено.
Повечето хора не слушат” Ърнест Хемингуей**

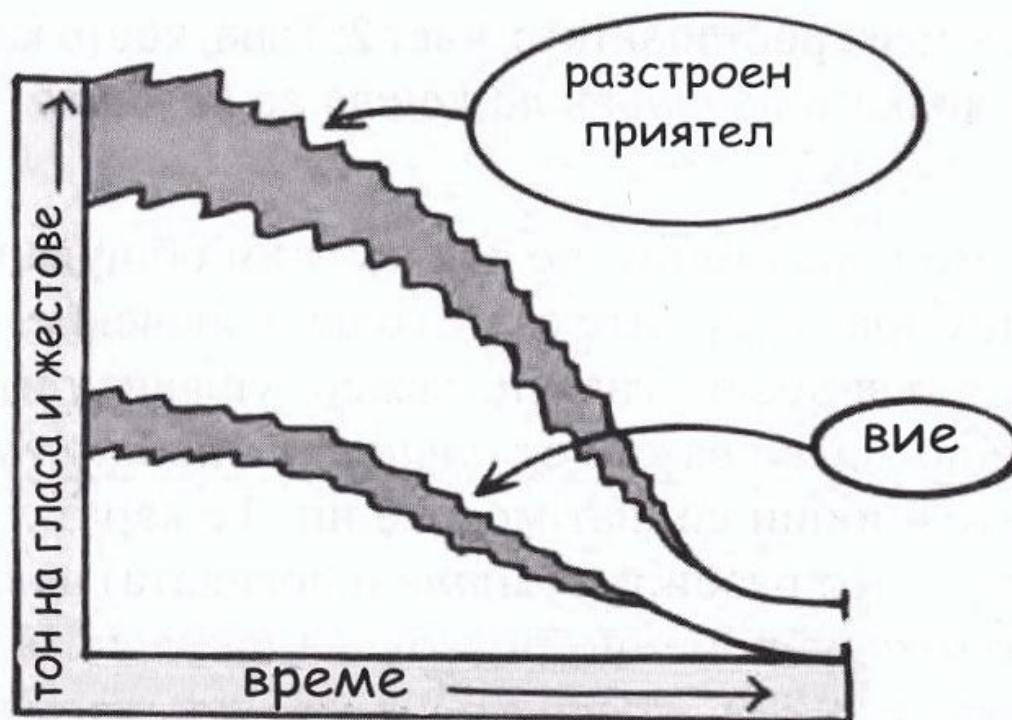
„Детешки“ Ефикасен стил на говорене

- Къси фрази;
- Повторения от 3 до 8 пъти;
- Имитиране – на част – от чувствата на детето (с вашия тон, жестове и мимики).

„Детешки“

развълнуван

спокоен



удар в десетката

Ако детешкия не работи

- Опишете какво точно прави детето, сякаш сте спортен коментатор.
- Нежно пренебрежение –кажете, че ще се върнете след минутка и се отдалечете на няколко метра за 1 мин. После се върнете и повторете техниките. Може да се наложи да го направите няколко пъти.

Подкрепете детето

След „Правилото на ресторантите“ и „детешки“, можете да подкрепите детето с:

- Физическа близост
- Обяснете гледната си точка ... накратко
- Удовлетворете желанието му ... въображаемо
- Оставете му послание от типа „аз-ти“
- Шепнене – да сменим темата и да възвърнем контаката си
- Дайте мнение

Предотвратяване на емоционалните изблици

- Избягвайте ситуации, които знаете, че ще ги предизвикат.
- Добра комуникация през целия ден.
- Подхранване на паркометъра – на всеки час няколко минути 100% внимание, масаж, похвали, звездички или червени точки, игра, клюкарстване, да се правиш на глупчо.
- Научете детето на търпение, това е инвестиция в бъдещето.

Как да насърчим доброто поведение

- Специално време
- Вниманиe
- Похвала
- Игри
- Научете детето как да изразява чувствата си
- Учете чрез изиграване на емоциите
- Направете заедно книжка на емоциите

4 лоши навика, чрез които избутваме и потискаме чувствата на детето:

1. Критикуваме с обидни думи.
2. Правим несправедливи сравнения.
3. Грубо се опитваме да отвлечем вниманието - в стил „Спри да чувстваш, каквото чувстваш”.
4. Прибързваме с „ Ще се оправи” – първо трябва да отразим по подходящ начин чувствата на детето и едва след като то се е поуспокоило можем да вземем думата.

Пуснете децата да летят

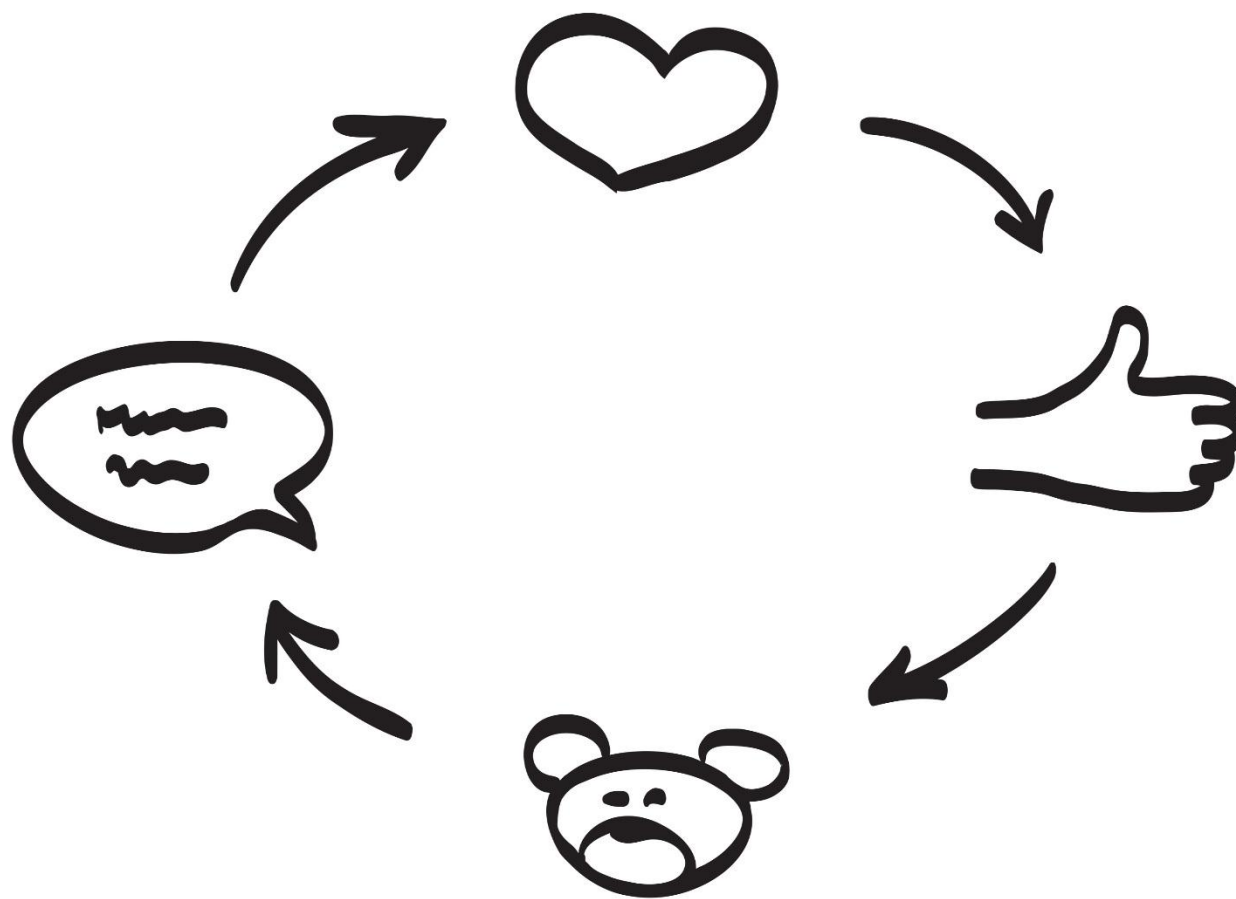
- Децата обичат да имат ясни граници
- Те ги тестват през цялото време
- Детето е един малък изследовател



4 родителски умения

- Общувайте с уважение – Правилото на ресторантите + „детешки“+ признаване на чувствата на детето+ няколко трика
- Очертайте ясни и постоянни граници
- Как да превърнем „няма-няма“ в „нека-нека“
- Меки последствия

Игра, коммуникация, уважение, свобода



Нашето малко пещерно човече

Най-голямото съкровище и
камъче в обувката



Сдружение "Бебе и Дете"



www.bebe-dete.com



Фондация "Същност"



Фондация
Бащинство



Проектът се финансира с финансовата подкрепа на Програмата за подкрепа на неправителствените организации в България по Финансовия механизъм на Европейското икономическо пространство. Цялата отговорност за съдържанието на документа се носи от сдружение „Бебе и дете“ и при никакви обстоятелства не може да се приема, че този документ отразява официалното становище на Финансовия механизъм на Европейското икономическо пространство и Оператора на Програмата за подкрепа на неправителствени организации в България.
www.ngogrants.bg; <http://eeagrants.org>.