CARD DE PARENTALITATE



Asigura te ca poti vorbi intotdeauna cu copilul, fiind intr-o zona de neutralitate emotionala.

Aminteste-ti ca. poti spune ce gandesti si ce simti cu blandete, fara a ridica tonul, a invinovati, acuza, ancheta, controla.

Accepta ca e un dialog, si nu doar monologul tau. Afla ca orice dialog se poate incheia sanatos, constructiv, optimist.

Mentine apropierea de copil, fii atent la spatiul dintre voi- fizic, emotional.

Acceseaza cu iubire nevoia comuna de conectare reciproca a sufletelor voastre.

Aduna zilnic beneficiile, binele, frumosul din relatia cu copilul/copiii.

Lucreaza constient pentru a-ti schimba perceptia asupra provocarilor ivite - ramai in pozitia de a raspunde si nu de a reactiona emotional.

Fii in echilibru cu energiile tale interioare- actioneaza si, totodata, cauta tu rezolvarea creativa a problemelor.

Ofera zlnic structura, directie, stabilitate si umple spatiul dintre voi cu bucurie, fermitate, recunostinta, stare de confort, acceptare.

Aminteste ti ca si tu cresti in relatie cu copilul si renunta la asteptari exagerate, doar FIl alaturi de el, cu iubire.