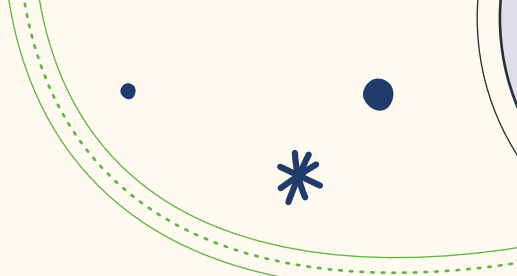
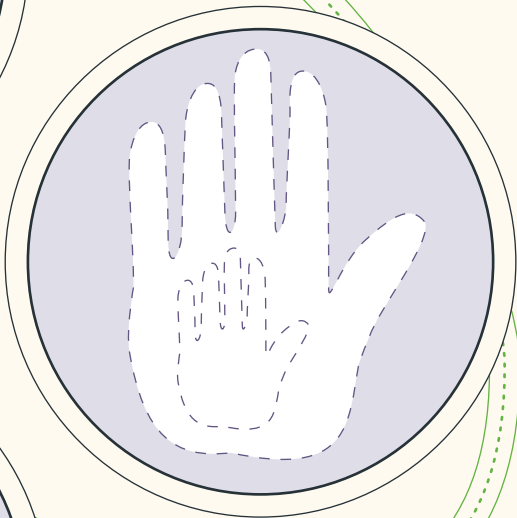


START ÎN EDUCAȚIE

Calendarul părintelui pozitiv



Luni	Marti	Miercuri	Joi	Vineri	Sambata	Duminica
29	30	01	02	03	04	05
		Începe ziua cu un gând bun. Spune-i copilului tău, fără motiv: Te iubesc exact așa cum ești. Apoi observă reacția.	O clipă pentru voi. Întreabă-ți copilul cu blândețe: Ce ți-ar plăcea să facem mai mult împreună?	Fii atent(ă) ce activitate îl face pe copilul tău să zâmbească. Ce poți învăța de aici despre ce-l bucură cu adevărat?	Alege ceva special împreună: căutați zece obiecte din jur (din casă sau din natură) și aranjați-le după formă, mărime și culoare.	Arată-i că iubirea adevărată se arată și prin scuze. Spune-i: Îmi pare rău pentru... (poate pentru ceva mic, uitat sau nerostit).
06	07	08	09	10	11	12
Creează o amintire. Conturați-vă mâinile, una în alta și păstrați desenul ca o amintire a legăturii voastre.	Curiozitate și conexiune. Întreabă-ți copilul: Care a fost partea ta preferată din ziua de azi?	Gesturi mici dar importante. Alegeți împreună o aromă preferată sau un miros plăcut. Întreabă-l: De ce îți amintește mirosul ăsta?	Fă-l să se simtă în siguranță. Oferă o îmbrățișare fără grabă. Spune-i cât de recunoscător / recunoscătoare ești că e copilul tău.	Privește-te prin ochii lui. Întreabă-l: Dacă ai avea o baghetă magică, ce ai schimba la mine? Încearcă să nu reacționezi nepotrivit, chiar dacă nu-ți place ce auzi.	Schimbați rutina: spălați-vă împreună pe dinți cu altă mână decât o faceți de obicei.	Și emoțiile lui sunt la fel de importante. Dacă e supărat, spune-i cu blândețe: E în regulă să simți așa. Sunt aici pentru tine și te iubesc și când e greu.
13	14	15	16	17	18	19
Ascultă-l cu inima deschisă. Porniți o conversație simplă care poate face minuni: Ce ai învățat nou azi?	Învăță-l despre recunoștință. Mulțumește fiecărui membru al familiei pentru ceva mic ce a făcut.	Reflectă la echilibru. Întreabă-te: Am oferit azi mai mult control sau mai multe interdicții?	Bucurie și... mișcare. Dansați împreună pe o melodie preferată și țineți ritmul cu bucurie.	Observă fără să judeci: Cum reacționează copilul tău când ceva nu iese cum vrea?	Conectare în lumea poveștilor. Citiți cartea preferată și găsiți asemănări și deosebiri cu personajele.	Oferă-i sprijinul. Întreabă-l: A fost ceva astăzi care te-a supărat? Vrei să îmi povestești?
20	21	22	23	24	25	26
Simțiți magia unui film scurt de desen animat. Vorbiți despre emoțiile personajelor.	Răsfoiți poze vechi. Întreabă-l: Care este amintirea ta preferată?	Privește dincolo de reacții. Dacă copilul are un comportament „dificil”, întreabă-te: Ce vrea de fapt să-mi comunice prin asta?	Devino partener de joacă. Jucați-vă un joc cu o minge sau îngrijiți o plantă pe care o aveți în casă sau în curte.	Transformă bucătăria în scenă. Cântați împreună un refren cunoscut: cu voce groasă, cu voce subțire sau șoptit.	Lasă-l pe copil să conducă o activitate. Urmează-l fără să intervii și fără să-l corectezi.	Când vă pregătiți de somn, întreabă-l: Ce ai vrea să fie diferit mâine ca să fie o zi și mai frumoasă?
27	28	29	30	31	02	
Susține-l să ceară ajutor. Faceți împreună o faptă bună și apoi spune-i: Și tu meriți să fii ajutat când îți este greu.	Gătești ceva simplu, pentru micul dejun, împreună. Laudă-l pentru implicare.	Desenați portretul fiecărui membru al familiei. Spuneți ce e special la fiecare.	Vezi lumea prin ochii lui. Întreabă-l: Ce te face să te simți iubit de mine?	Închide luna cu recunoștință. Spune-i: Mulțumesc că m-ai învățat atâtea lucruri luna asta!		



START A NEVELÉSBEN

Pozitív szülő naptára



Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
29	30	01	02	03	04	05
		Kezd a napot egy jó gondolattal. Mondd a gyerekednek minden ok nélkül: Szeretlek, pont olyanok, amilyen vagy. Aztán figyeld a reakcióját.	Egy közös pillanat. Kérdezd meg kedvesen a gyermekedet: Mit szeretnél, ha többször csinálnánk együtt?	Figyeld meg, milyen tevékenység fakasztja mosolyra a gyermekedet! Hogyan tanulhatsz ebből meg, hogy mi okoz neki boldogságot?	Válassz valami különlegeset számotokra: keressetek tíz tárgyat a környezetekben (házban vagy természetben) és rendezétek őket forma, méret és szín szerint.	Mutasd meg neki, hogy a valódi szeretet a bocsánatkérésben rejlik. Mondd neki: Sajnálom, hogy... valami apró, elfelejtett vagy kimondatlan dologért.
06	07	08	09	10	11	12
Teremts emléket. Rajzoljátok körbe a kezeiteket, és tartsátok meg a rajzot emlékként.	Kíváncsiság és kapcsolódás. Kérdezd meg a gyermekedet: "Mi tetszett a legjobban a mai napból?"	Kis, de fontos gesztusok. Válasszatok egy kedvenc ízet vagy kellemes illatot. Kérdezd meg tőle: "Mi emlékeztet erre az illatra?"	Érezze magát biztonságban. Őleld meg sietség nélkül! Mondd el neki, mennyire hálás vagy, hogy a te gyereked.	Nézz az ő szemével. Kérdezd meg tőle: Ha lenne egy varázspálcája, mit változtatna meg benned? Próbáld meg nem reagálni, még akkor sem, ha nem tetszik, amit hallasz..	Változtassátok meg a szokásokat: mossatok fogat a szokásostól eltérő kézzel.	Az érzelmei is ugyanolyan fontosak. Ha dühös, nyugodtan mondd meg neki kedvesen: Rendben van, hogy így érzed. Itt vagyok neked, és szeretlek akkor is amikor nehézség van.
13	14	15	16	17	18	19
Hallgasd őt őszinte kíváncsisággal. Kezdeményeztetek egy egyszerű beszélgetést, ami csodákat tehet: Mi újat tanultál ma?	Tanítsd hálaadásra! Köszönje meg a család minden tagjának az apró tetteket.	Gondolkodj egyensúlyban. Kérdezd meg magadtól: Ma több ellenőrzést vagy több tiltást adtam?	Öröm és... mozgás. Táncoljatok együtt egy kedvenc dalra és mozogjatok ritmusra örömmel.	Észlelj ítélkezés nélkül: Hogyan reagál a gyermeked, ha valami nem akarata szerint alakul?	Csatlakozás a mesék világához. Olvasd a kedvenc könyvét, és keressetek a szereplőkkel közös és eltérő tulajdonságokat.	Támogasd őt! Kérdezd meg tőle: Történt ma valami, ami felzaklatott? Elmesélnéd?
20	21	22	23	24	25	26
Nézzetek egy varázslatos rajzfilmet! Beszéljete a szereplők érzelmeiről.	Nézzegessetek régi fényképeket. Kérdezd meg tőle: Melyik a kedvenc emléked?	Láss túl a reakciókon. Ha a gyermeked "rosszul" viselkedik, tedd fel magadnak: "Mit akar ezzel közölni velem?"	Legyél a játszótársa! Játsszatok labdával vagy gondozzatok egy növényt a házban vagy a kertben.	Tedd a konyhát színpaddá! Énekeljete együtt egy ismerős refrént: hangosan, lassan vagy suttogva.	Hagyd, hogy a gyerek irányítson egy tevékenységet. Kövesd közbeavatkozás vagy kijavítás nélkül.	Lefekvéskor kérdez meg tőle: Mit szeretnél hogy holnap változzon, hogy szebb napod legyen?
27	28	29	30	31		02
Tegyetek jót valakivel és mond el neki utána: Te is megérdemled a segítséget, ha nehéz helyzetben vagy.	Készítsetek el egy egyszerű reggelit. Dícsérd meg, amiért részt vett benne.	Rajzoljátok le a család minden tagját! Mondjátok el, mi a különleges bennük.	Nézd a világot az ő szemével. Kérdezd meg tőle: Mikor érzed úgy hogy szeretlek?	Zárjátok hálával a hónapot. Mondd neki: "Köszönöm, hogy annyi mindent tanítottál nekem ebben a hónapban!"		