

Доверительные отношения в семье являются залогом гармоничного развития ребенка и его душевного здоровья.

Но как же завоевать доверие ребенка?

Следование некоторым рекомендациям поможет родителям установить доверительные и уважительные отношения со своими детьми.

Самое главное в воспитании ребенка – это **создание стабильной эмоциональной среды**. Равновесие и отсутствие тяжелых духовных потрясений является залогом нормального физического и психического развития ребенка. Теплые отношения и взаимное уважение между членами семьи формируют в ребенке ряд положительных качеств: доброту, ответственность, внимание к другим и доверие.

Главная проблема, с которой в настоящее время наиболее часто сталкиваются молодые семьи, - это **недостаток внимания, которое уделяют родители своему ребенку**. Родители, слишком увлеченные своей карьерой и личными делами, ребенок, не получающий от родителей должной заботы, чувствует себя одиноким, часто замыкается в себе и постепенно все сильнее отчуждается от родителей. Недостаток времени, которое посвящает родитель своему чаду, не может быть компенсирован ни баловством, ни дорогими покупками. Если Вы не готовы посвящать своему ребенку столько времени, сколько требуется, вряд ли сумеете создать с ним доверительные отношения.

Завоевать доверие ребенка можно, час-то проявляя готовность общаться с ним. Ребенок должен чувствовать, что рядом с ним есть человек, которому он может поведать любые страхи и тревоги, рассказать о своих впечатлениях и наблюдениях, поделиться любой ин-

формацией. Общение и совместные мероприятия очень сильно влияют на степень доверия между родителем и ребенком. Частые совместные прогулки и игры помогают установить крепкие и теплые отношения в семье.

В общении с ребенком нужно уметь проявлять уважение к его чувствам, переживаниям и интересам. Никогда не давайте понять ребенку, что его занятие кажется Вам менее значимым, чем Ваше. Избегайте любых насмешек в их адрес и никогда не ставьте их в неловкое положение перед посторонними людьми.

Очень важным фактором в развитии ребенка является его общение со сверстниками. Если у ребенка не складываются отношения с другими детьми, и он начинает сторониться их, то родителям следует своевременно прийти ему на помощь. Нужно поговорить с ребенком, выяснить причины сложившейся ситуации и попытаться помочь ему преодолеть возникшее чувство неполноценности, обиды или вины. Участие родителей в переживаниях ребенка способствует установлению крепких доверительных отношений.

Часто недоверие ребенка к родителям становится следствием обмана со стороны взрослых. Никогда не давайте ребенку обещаний, сдержать которые Вы не можете. Ребенок может с нетерпением ждать обещанных ему сладостей или похода в зоопарк. Когда же он не получает ожидаемого, то испытывает обиду и разочарование. Если Вы дали обещание ребенку, то должны сдержать его при любых обстоятельствах, иначе Ваш авторитет начнет слабеть. Если исполнение обещанного зависит от каких-то условий, то следует заранее сказать о них малышу. Например, объясните ребенку, что Вы сможете сводить его в парк аттракционов только в том случае, если не будет

дождя, а поездка в гости к бабушке зависит от ее самочувствия.

То, насколько Вы честны со своим ребенком, проявляется еще и в умении признать свою вину. Если Вы допустили ошибку, несправедливо повысили на ребенка голос или вели себя в его присутствии грубо и несдержанно, обязательно скажите ему позже, что были не правы. Только будучи честным со своим чадом, Вы сумеете установить с ним доверительные отношения.

Никогда не требуйте от ребенка слишком многого. Нередко бывает, что родители настаивают, чтобы их ребенок приносил из школы только отличные отметки, даже, если они даются ему тяжело, или заставляют его посещать кружки и секции, которые ему не интересны. В такой ситуации отношения родителя и ребенка будут напряженными. Необоснованные ограничения и завышенные требования только испортят Ваши отношения.

Помните, что у ребенка есть его внутренний мир, его желания, которые кажутся ему важными, потребности, которые он стремится реализовать. Очень важно, чтоб ребенок занимался тем, что вызывает у него интерес. Он имеет полное право решить самостоятельно, какие кружки будет посещать. Не стоит препятствовать его увлечениям.

Каждому ребенку очень важно чувствовать себя значимым, понимать, что он необходим кому-то. Позвольте ему проявлять заботу о Вас. Попросите его поухаживать за Вами, если Вы заболели или устали. Разрешайте ему принимать участие в Ваших делах, например, в работе по дому. Только не просите его выполнить то, с чем он не сможет справиться. Похвалите его за проделанную работу и проявленную заботу. Большим плюсом будет завести домашнее животное. Объясните,

как нужно правильно ухаживать за питомцем. Уход за животными разовьет в ребенке не только чувство собственной значимости, но также доброту, чувство ответственности, способность проявлять заботу о других.

Часто перед родителями встает вопрос, как нужно правильно наказывать ребенка в случае его провинности. Очень важно исключить физическое наказание и укоризненные выговоры. Такое поведение не даст положительных результатов, оно лишь настроит ребенка враждебно против Вас, вызовет в нем чувство неполноценности, агрессию, обиду. Никогда не следует ругать ребенка при посторонних людях. Ребенок потеряет доверие к Вам, если Вы будете оголять его внутренний мир перед другими людьми, рассказывать кому-то о совершенных им ошибках и, тем более, подвергать публичному унижению.

Если Вы хотите сохранить теплые и уважительные отношения в своей семье, никогда не требуйте от ребенка того, чему сами не следуете. Ребенок не будет осознавать необходимость выполнять требуемое от него. Лишь страх наказания за неповиновение заставит его подчиниться Вашей воле. Также важно никогда не лгать людям в присутствии ребенка, даже если Ваша ложь не касается семьи. Подражая Вам, ребенок быстро поймет, что ложь, хитрость и лицемерие могут помочь ему добиваться желаемого легкими путями.

Для того чтобы воспитать в ребенке те качества, которые Вы хотите в нем видеть, нужно постоянно ему их демонстрировать на собственном примере. Будьте честны со своим чадом, уважайте его чувства и увлечения, проявляйте заботу о нем при каждом возможном случае, интересуйтесь его переживаниями и мыслями и не требуйте от него невозможного или труднодостижимого. Любите своих детей

такими, какие они есть. Если Вы хотите завоевать доверие ребенка, то станьте ему другом. Семья – это главная опора ребенка. От тех нравственных принципов, на которых держится семья, зависит будущее благополучие ребенка. Родительское воспитание формирует в значительной мере его отношение к жизни и самому себе. Именно поэтому так важно, чтобы отношения ребенка и родителей строились на взаимном доверии. А добиться этого можно только в том случае, если в семье царят честность, уважение и готовность в любой ситуации прийти на помощь и проявить заботу.

БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

«Отношения в семье: как завоевать доверие ребенка»

