Родителям о доверительных отношениях с ребенком

Доверие – исходное отношение ребенка к миру.

Доверие часто наталкивается на непонимание и насмешку. Постепенно растущий человек учится закрываться от окружающих, скептически относиться к тому, что ему говорят. При этом начинает понимать: одни люди заслуживают доверия, а другие нет.

Нарушение доверительных отношений приводит со временем к «отдаленности» между родителем и ребенком.

Основные составляющие доверительных отношений между родителями и ребенком – ***ПРИНЯТИЕ И УВАЖЕНИЕ***.

- ***Принятие*** сильных и слабых сторон.

Ребенок на подсознательном уровне, «всеми фибрами своей души» должен чувствовать: **«Меня любят не за то, каким я должен быть, а за то, каков я есть».**

- ***Уважение к личности,*** включающей в себя следующие компоненты:

1.*Возможность быть услышанным взрослым.*

Естественно, это не означает, что мы постоянно должны соглашаться с сыном или дочерью. Желательно выстроить ваши диалоги так, чтобы ребенок чувствовал, что с его мыслями и мнением считаются, что его позиция принимается наравне с другими. Он может ошибаться, но может и услышать извинения взрослого, когда тот неправ.

2. *Принятие личного пространства ребенка*

Ребенку необходимо знать, что есть кто-то, кому он может доверять, кто-то, кто сохранит его тайну.

3. В *отношениях с ребенком не нужно «казаться», нужно «быть».*

Надо продолжать жить своей жизнью, в которой роль «воспитателя» является одной из нескольких, а не единственной. Если взрослый искренен с самим собой, искренность и откровенность в отношениях с детьми для него будет естественной, он будет отдавать себя, выражать свои истинные чувства. Что бы ни произошло, ребенок должен чувствовать по отношению к себе и к своим проблемам искренний интерес и заботу. Однако все это должно исходить от живых людей, а не от манекенов, надевших заданные маски.

4. *Формирование позитивных ожиданий в отношении ребенка*

Следующий важный момент в создании доверительных отношений: ребенок учится настолько хуже или лучше, насколько взрослый верит в него. Нужно сказать, что в жизни (а не только в учебе) поведение ребенка во многом определяется тем, чего от него ожидают.

5. *Эффективная похвала*

Вы когда-нибудь задумывались над тем, как часто вы хвалите своего ребенка, как вы это делаете, сколько хороших слов у вас есть в запасе? У американцев есть специальные буклеты, где учителям и родителям предлагается 101 способ похвалы! Похвала может быть заслуженная, искренняя, немедленная, конкретная, направленная на внутреннюю мотивацию, индивидуальная, повторяющаяся, спонтанная и прочее. Всегда действуйте по ситуации и руководствуйтесь своими эмоциями, тогда ваша похвала будет искренней и эффективной.

Руководство по развитию доверительных отношений

- Делитесь вашими чувствами с детьми.
- Не скрывайте от них своих радостей и огорчений.
- Дайте детям возможность быть услышанными.
- Принимайте активное участие в интересах ребенка.
- Поощряйте детей описывать свои чувства и переживания.