

Почти все родители хотят, чтобы между ними и детьми были теплые доверительные отношения. Однако в реальной жизни большинство родителей сталкиваются с тем, что их дети недостаточно откровенны с ними, не хотят или не могут беседовать с родителями о личном. Установить доверительные отношения с ребенком очень не просто. Это целое искусство. Представляем несколько приемов, которые Вам помогут.

Приём первый.

Покажите вашему ребёнку, что вы его понимаете. Иногда этот приём называют «отражённым выслушиванием». Он состоит из трёх частей:

- демонстрируйте ребёнку, что вы слышите, что он говорит (например, словами «да», «угу», вопросами «а что потом?», «и что же?» и так далее);
- позвольте ребёнку выражать его собственные чувства;

- докажите, что правильно поняли его рассказ или сообщение (например, коротко пересказав суть).

Приём второй. Внимательно следите за лицом ребёнка. Часто дети уверены, что успешно скрывают свои эмоции (грусть, досаду, нетерпение...), но дрожащий подбородок, блеск глаз, сдвинутые брови скажут вам иное.

Приём третий. Выражайте свою поддержку и поощрение не только словами. Это могут быть ваша улыбка, похлопывание по плечу, кивок головой, взгляд в глаза, прикосновение к детской руке.

Приём четвертый. Поощряя ребёнка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом...»



VII краевое
родительское
собрание



Как можно поощрять ребёнка к доверительным отношениям?

Памятка для родителей