

## Виртуальный ликбез для родителей

### «Как построить доверительные отношения с ребенком»



Доверие – это основа здоровых семейных отношений. В семье, где есть доверие, близкие люди преодолеют любые трудности и устранят любые конфликты.

Пять советов, как сохранить доверие с ребенком:

#### **1. Принимайте ребенка в любой ситуации**

Для ребенка важно быть уверенным в том, что родители всегда примут и не осудят его.

Что бы не случилось, ребенок должен знать, что может доверить вам свои проблемы и переживания. Старайтесь реагировать на провинности своих детей менее эмоционально и не спешите с наказанием.

#### **2. Устанавливая правила, не нарушайте их сами**

Последовательность в воспитании — очень важный принцип. Старайтесь не давать пустых обещаний, к этому также относятся угрозы, которые вы не собираетесь воплощать в жизни.

Если вы требуете от ребенка придерживаться здорового образа жизни, но при этом сами не спешите отказываться от вредных привычек — вес ваших слов будет минимальным.

### **3. Воспринимайте слова ребенка всерьез**

Ребенку важно быть услышанным. Взрослые часто недооценивают переживания детей, однако, многие неприятности можно было бы предотвратить просто вовремя услышав своего ребенка.

### **4. Уважайте личное пространство ребенка**

Если оставить детей без личного пространства, последствия могут быть неприятными. Замкнутость, недоверчивость, излишняя скромность, в тяжелых случаях — отставание от сверстников в развитии и неумение строить с ними какие-то отношения.

### **5. Попросите у ребенка прощения**

Просить прощения за ошибки или провинности должен не только ребенок, но и родитель. Это подкрепляет доверие в семье, а так же показывает хороший пример.