

## «ВНАЧАЛЕ БЫЛО ДОВЕРИЕ...»

Все взаимоотношения между родителями и детьми должны быть основаны на доверии. Доверие легко потерять, а вернуть очень сложно. Родители часто задают вопрос, как построить доверительные отношения с детьми? Доверие основывается на душевном спокойствии и дает уверенность в близком человеке. Ребенок с самого рождения зависит от мамы и полностью на нее полагается. Мама кормит ребенка, заботится о нем, оберегает. Психологи утверждают, что маленькие дети уже доверяют маме. Позже у ребенка появляется доверие к папе, дедушкам и бабушкам. От поведения родителей, зависит, станет ребенок им доверять или нет. Почему родители теряют доверие детей?

Первой причиной является нехватка общения.

Дети подрастают, а у родителей на общение не хватает времени. Обман родителей также ведет к потере доверия, так как дети очень тонко чувствуют обман и ложь.

Родители часто обещают детям выполнить то, что не смогут выполнить. Если ребенка так часто обманывают, доверие будет потеряно. Родители должны быть для ребенка примером только хорошего поведения. Нежелательные последствия имеет любое физическое наказание ребенка. Авторитет родителей разрушают постоянные угрозы и ругань. Результат такого их поведения приведет к тому, что ребенок начнет замыкаться в себе. Если ребенка часто наказывают, он начинает врать, чтобы избежать наказания. От страхов ребенка может избавить только душевный разговор. Некоторые родители считают, что если постоянно дарить ребенку подарки, то они смогут наладить отношения с ребенком и завоевать его доверие, но это совсем не так. Если ребенок не доверяет своим родителям, он становится замкнутым, одиноким и неуверенным в себе. Вырастает такой ребенок и оказывается, что он совсем неприспособлен к жизни, так как не умеет справляться с трудными ситуациями.

***Залог правильного развития ребенка - доверительные и добрые отношения в семье.***

Чтобы сохранять такие отношения со своим ребенком, взрослым надо учиться держать под контролем свои эмоции.

Бывают ситуации, когда родители срываются и начинают кричать на ребенка, а нужно стараться признавать свои ошибки и попросить у ребенка прощение за грубость. Это поможет сохранить доверие. Для того чтобы наладить отношения с ребенком, родителям нужно задуматься о своем поведении.

Мама и папа должны уважительно относиться к мнению ребенка, его чувствам и переживаниям. Нельзя говорить малышу обидные слова, они могут его сильно задеть и обидеть, ведь с возрастом он воспринимает обиды более болезненно. Обидными словами можно поставить ребенка в неловкое положение, а этого нельзя допускать. Родители не должны делать ребенку замечания в присутствии сверстников или взрослых. Это особенно сильно ранит малыша. Поведение ребенка, особенно его отрицательные поступки нельзя обсуждать с посторонними людьми. А делать это в присутствии ребенка категорически запрещается. Если взрослые поставят себя на место ребенка, то поймут как это неприятно.

Довольно часто родители предъявляют завышенные требования к ребенку, требуя от него высокого уровня успеваемости в учебе или высоких спортивных достижений. Но дети все разные, и есть такие, которые стараются, но у них ничего не получается. Ребенку может не нравиться та же секция, которую он посещает только потому, что ее выбрали родители. В подобных ситуациях появляются напряженные отношения, и родители постепенно теряют доверие своего ребенка. Не нужно чересчур много требовать от ребенка. Родители должны узнать у него, чем он хочет заниматься в свое свободное время, что ему интересно.

С малых лет ребенка нужно привлекать к участию в семейных обсуждениях и домашних делах. Ребенок должен почувствовать, что ему доверяют. Ребенку нужно давать несложные и безопасные поручения. Если у ребенка что-то не получается, не нужно его за это ругать. Во всех начинаниях родители должны поддерживать ребенка и чаще его хвалить. Участие ребенка в домашних делах, в работе по дому приучит его к труду и сблизит с родителями. Совместная работа по дому воспитывает в ребенке уважение к родителям.

Ребенок развивается правильно, если удовлетворена его потребность общения со сверстниками. Родители должны научить ребенка, как нужно дружить и как себя вести с другими детьми. Если родители помогают в этом ребенку, он знает, что мама и папа его всегда могут защитить и дать совет.

***Не оставляйте ребенка наедине со своими проблемами.***

Родители всегда заняты, но они должны найти время, чтобы поговорить с ребенком. Доверительные отношения в семье основаны на любви и благоприятной эмоциональной обстановке. Психологи советуют поручить ребенку уход о собаке или о кошке, так у него появится чувство ответственности. При наличии домашнего животного ребенок не будет одинок, он почувствует себя

нужным и по-другому сможет оценить отношения в семье. Сплотить семью помогут совместные игры. Игры сближают и приносят положительные эмоции. Во время совместных игр ребенок лучше развивается и учится доверять взрослым. Совместным семейным прогулкам или занятиям спортом можно посвящать выходные дни. Например, можно вместе кататься на велосипедах, зимой на коньках или на лыжах. О доверительных отношениях между подростком и родителями.

Большой части подростков кажется, что их свободу постоянно ущемляют, возникают проблемы с родителями, так как подростку приходится постоянно доказывать родителям, что он уже не ребенок. Поэтому в этот период очень сложно наладить доверительные, теплые отношения. Родителям придется очень серьезно отнестись к тому, как себя вести по отношению к своему ребенку. Важно учитывать особенности развития подросткового возраста. Не следует постоянно раздражаться из-за действий и поступков ребенка. У него и так достаточно сложный возраст. Именно теперь у него может появиться первая влюбленность, он понемногу начинает осваивать роль взрослого человека. Поэтому задача родителей - поддержать ребенка психологически, верить ему и любить его.

Не осуждайте его и не запрещайте выбирать друзей, иметь свои интересы, симпатии и антипатии.

Не навязывайте свое мнение, не докучайте постоянным контролем. Однако вы, родители, должны обязательно знать, с кем и где находится ваш сын или дочь. Постарайтесь избегать допросов, категорически запрещается читать личную переписку, дневники и сообщения.

Доверяйте своему ребенку, и тогда он не потеряет доверия к вам...