



Позитивное общение с ребёнком: простые советы

В современном мире общение работающих родителей с детьми нередко сводится практически до минимума, а упрямство и непослушание детей зачастую опережают способность правильно их воспринимать.

Простые советы, способствующие позитивному общению с ребёнком:

- 1. Время для отдыха.** Постарайтесь вечером хотя бы полчаса выделять на то, чтобы отдохнуть от всех дел. Ведь обычно после работы мы сразу летим домой, где погружаемся в семейные дела — отдыха от забот нет, что сказывается на общем состоянии и самочувствии. А ведь даже маленького промежутка времени будет достаточно, чтобы привести в порядок мысли и немного от всего отдохнуть. Ну а на «свежую» голову и решения принимаются рационально, без эмоций.
- 2. Проблемы и пути решения.** Когда удастся выкроить свободную минутку, постарайтесь взглянуть со стороны на свои отношения с ребёнком: какие в них трудности, правильную ли вы выбрали модель воспитания, не «перегибаете ли палку», справедливы ли к нему, что стоит изменить. Ответы на все эти вопросы позволят скорректировать своё поведение рядом с малышом, наметить пути решения существующих проблем. Взгляните на ситуацию не только глазами родителя, но и глазами ребёнка и даже третьего лица — все это лишь улучшит существующую связь с малышом.
- 3. Время на ребёнка.** Каким бы плотным не был ваш рабочий график, как бы сильно не давило количество дел и забот, находите время на общение с ребёнком в течение каждого дня. Зачастую после работы у родителей уже нет сил на игры с малышом, поэтому они ласково просят его поиграть самостоятельно. Таким образом они попросту отдаляются от него, а этого происходить не должно.
- 4. Из мухи слона.** Не бывает идеальных детей. Это ребёнок, а значит, не обойтись без шалостей, проказ и непослушания. Поэтому не стоит из какой-то мелочи, которую совершил малыш, раздувать трагедию. Не

стоит и придирается к чаду по каждому пустяку. В противном случае он будет чувствовать себя «плохим» всегда и везде. Нужно выделять действительно неправильные поступки — лишь они достойны внимания. Так Вы убережете и психику малыша, и свои нервы.

5. Взаимность. Мы хотим уважения к себе со стороны ребёнка, но порой забываем, что и сами должны действовать соответствующе. В противном случае получается «игра в одни ворота»: он вам всё, а вы ему ничего. Ребёнок тоже личность (несмотря на юный возраст), и отношение к нему должно быть соответствующее. Лучший вариант здесь — представить себя на его месте.

6. Подкуп. Почему-то все взрослые считают, что за любой свой проступок от ребёнка можно откупиться. Недостаток внимания, незаслуженное наказание, шлепок — любую свою «провинность» родители пытаются загладить сладостями или игрушками. Но всё это должно идти от души, а не после причиненных негативных переживаний малышу.

7. Наказания. Нередко родители пытаются контролировать ребенка с помощью наказаний. Малыш растёт, а с ним растёт и частота наказаний. Конечно, каждый родитель волен сам выбирать модель воспитания, которая ему больше нравится. Однако основывать на страхе свои взаимоотношения с малышом тоже не выход. Как минимум, это негативно сказывается на самих родителях, не говоря уже о переживаниях ребёнка. Поэтому с выбором наказания нужно быть осторожнее.

8. Выражайте свою любовь. Погружаясь с головой в дела, родители нередко совершенно забывают о том, что ребёнку нужна не только забота, но и любовь. Как её выразить — каждый решает сам: кому-то проще при помощи искренних слов, кому-то — посредством действий. В любом случае, ребёнок должен чувствовать, что он любим своими родителями, и должен быть уверен, что чувство это неизменно.

Наслаждайтесь тем, что вы — родители. Получайте удовольствие от каждой минутки, проведенной с ребёнком. Он вырастет, и все уже будет по-другому.