



## **Доверие между родителями и детьми**

Любые взаимоотношения в первую очередь строятся на доверии. Его очень легко потерять и крайне сложно вернуть. Очень часто родителей волнует вопрос, как быть откровенными с детьми и иметь хорошие доверительные отношения. Доверием считается душевное спокойствие, которое вызвано уверенностью в близком и любимом человеке.

По мнению психологов практически все дети рождаются доверчивыми. В самом раннем возрасте они полностью полагаются на маму. Она заботится о ребенке, кормит, моет и оберегает. Поэтому первоначально доверие возникает именно к маме, а только потом к папе, бабушкам и дедушкам. От поведения родителей зависит - разовьется данный инстинкт или нет.

### **Причины потери доверия**

Когда ребенок начинает подрастать, у взрослых очень часто не хватает времени на общение. Также очень негативно сказывается постоянный обман со стороны родителей. Не стоит обещать того, что выполнить вы не в состоянии. Частый даже незначительный обман постепенно будет приводить к потере доверия.

Любые виды физических наказаний приводят к нежелательным последствиям. Постоянная ругань и угрозы очень сильно разрушают авторитет взрослого. Ребенок обязательно начнет замыкаться в себе. Также дети, которые подвергаются наказаниям, достаточно часто начинают врать, чтобы их избежать. Только душевные разговоры могут избавить малыша от страхов.

Не стоит думать, что при помощи дарения постоянных подарков можно поддержать и наладить доверие. Это совершенно не так.

Если ребенок потерял доверие к своей семье, это приводит к его замкнутости, одиночеству и неуверенности в себе. Такие дети вырастают совершенно неприспособленными к жизни. Они не умеют

справляться с трудными ситуациями. Поэтому доверительные и добрые отношения являются залогом гармоничного развития ребенка и счастливой дальнейшей жизни.

### **Как сохранить и вернуть доверие ребенка**

Вся ответственность за сохранение доверия лежит на плечах родителей. Поэтому они обязаны проявлять инициативу. Взрослые в первую очередь должны уметь контролировать свои чувства и эмоции. Иногда очень сложно сдержаться и не накричать на ребенка. Если же родители позволили себе грубость, то нужно обязательно уметь признаваться в своих ошибках. Перед ребенком надо извиняться и просить прощение. Это очень важно и помогает сохранить доверие. Ребенок необычайно тонко чувствует ложь и обман.

Чтобы наладить или вернуть доверие ребенка, взрослые должны начать с себя, при необходимости даже попытаться измениться. Родители не должны подавать плохого примера.

Нужно проявлять свою любовь и привязанность в самый неожиданный момент. Чем меньше ребенок этого ожидает, тем более приятно ему будет.

Очень важно уважать чувства и мнение ребенка. Никогда не стоит говорить детям обидные слова. Даже данное в шутку прозвище может его сильно обидеть и задеть. Чем старше становится ребенок, тем более болезненно он это воспринимает. Не стоит ставить своего ребенка в неловкое положение. Категорически нельзя ему делать замечания при взрослых, а особенно при сверстниках. Это очень сильно ранит детей.

Родители не должны обсуждать поведение и негативные стороны ребенка с посторонними людьми, особенно в его присутствии. Поставьте себя на его место и тогда вы поймете как это неприятно.

Очень часто потеря доверия происходит в связи с завышенными требованиями, которые родители предъявляют своим детям. Они требуют от ребенка определенного уровня успеваемости в школе или спорте. Но все дети совершенно разные. Некоторые даже очень стараясь, не могут приносить одни пятерки. Также выбранная секция может не нравиться ребенку и он ее посещает только потому, что так хотят родители. В этом случае отношения могут быть напряженными. Поэтому не стоит ставить перед ребенком завышенные требования. Важно узнать, что ему интересно и чем хочется заниматься в свободное время.

Очень важно привлекать ребенка с самого маленького возраста к участию в домашних делах и обсуждениях. Ему важно чувствовать, что ему доверяют. Никогда не стоит ругать детей, если у них что-то не

получается. Очень важно хвалить и поддерживать малыша во всех его начинаниях. Привлечение ребенка к делам приучает его к труду, вместе с тем сильно сближая с родителями. Также такие дети более уважительно относятся к своим маме и папе. Все задания для детей должны быть безопасными и несложными.

Большое значение для правильного развития ребенка имеет удовлетворение потребности в общении со сверстниками. Родители обязательно должны помочь ему наладить их и научить, как нужно правильно дружить. Ребенок должен быть всегда уверен, что мама с папой его могут защитить и подсказать. Малыш не должен оставаться наедине со своими проблемами. Поэтому даже очень занятые родители должны находить время для общения со своим ребенком.

### **Любовь и доверие**

Большое значение для создания доверительных отношений играет любовь и хорошая эмоциональная обстановка в семье. Очень важно с раннего детства развивать способности у своих детей. Можно воспитывать чувство любви и ответственности у своего малыша. Для этого многие психологи рекомендуют завести домашнее животное. Это решение нужно принимать вместе с малышом и заботу о питомце возложить на него. Взрослые должны научить ребенка правильно за ним ухаживать. Он должен понимать, что неосторожные и неправильные действия способны причинить питомцу много боли и серьезный вред. Ребенок при наличии домашнего животного избавляется от чувства одиночества, он становится нужным и важным для кого-то. Он по-другому посмотрит на отношения в своей семье.

Очень большое значение в отношениях между взрослыми и детьми играют совместные игры. Они позволяют сильно сблизиться с малышом, а также обязательно принесут много удовольствия. Ребенок развивается во время таких игр и учится доверять маме. Выходные можно посвятить совместным прогулкам и занятиям спортом. Например, семейные катания на лыжах или велосипедах.