


**Как показать  
ребенку, что вы его  
любите?**





**Обнимайте, говорите,  
поддерживайте своего малыша,  
придумайте домашние ритуалы,  
которые принадлежат только вам.**

**Педагоги и психологи советуют  
пользоваться «Правилом первых  
трех минут» — это очень простой  
психологический прием, который  
помогает родителям установить  
доверительные отношения со  
своим ребенком (кстати —  
работает не только на детях)**





**Первые три минуты просто  
внимательно слушайте:  
мальчишкам и девчонкам требуется  
в среднем именно столько времени,  
чтобы рассказать о событиях дня. А  
вот уже после можете спокойно  
задавать вопросы. Подскажите  
ребенку верное направление, чтобы  
он мог исправить случившееся по  
его вине. Или же порадитесь за его  
маленькие победы**



**Научитесь активно слушать ребенка, вникая во всё, что он говорит, запоминая ключевые моменты. К ним, кстати, можно вернуться пару дней спустя, напомнив, о чем вы говорили. Так дети понимают, что их действительно слышат, а не просто поддакивают из вежливости. Главное, не перебивайте ребенка на полуслове, не начинайте спорить, доказывать, что он не прав.**





**Старайтесь никогда не врать ни себе, ни детям, всегда выражайте те эмоции, что чувствуете. Если вы огорчены поступком ребенка, так и скажите, если восхищены его успехом, похвалите его. Не скупитесь на добрые слова, отметив старания ребенка и его великолепные способности. Даже трехлетние малыши чутко чувствуют фальшь и наигранность, поэтому обойдитесь без социальной маски — дома вы можете быть собой. Плюс таким образом вы научите ребенка искренности и завоюете его доверие.**



**Научно доказали, что правило первых трех минут благотворно сказывается на установлении контакта с детьми. Дети, с которыми родители ежедневно разговаривают, интересуются их делами, растут уверенными в себе, легко сходятся с людьми, умеют располагать к себе. А возрастной подростковый кризис пройдет у них относительно спокойно. По крайней мере, вы точно будете знать, что творится в душе у «маленького взрослого».**