

Любые взаимоотношения в первую очередь строятся на доверии. Его очень легко потерять и крайне сложно вернуть. Очень часто родители доверяют свои проблемы консультантам Телефона Доверия **8-800-2000-122**, их волнует вопрос, «как быть откровенными с детьми и иметь хорошие доверительные отношения?..»

Специалисты Телефона доверия дают рекомендации, как же выстроить отношения, чтобы ребенок смог вам довериться:

1. Дать свободу

Подростки хотят чувствовать, что они уже взрослые и независимые, что мама с папой им не будут указывать, как поступить, а они сами смогут принимать решения и брать на себя ответственность. Родителям стоит принять право ребенка на отдельное пространство, принимать отказы.

2. Будьте всегда готовы поговорить

Родители должны быть открытыми для диалога. Ребенок молчит и не откровенничает? Не обижайтесь. Но, если ребенок захочет чем-то поделиться - слушайте с интересом и поддерживайте не осуждая.

3. Доверяйте

Если научитесь доверять ребенку, от вас и скрывать ничего не придется. А вдруг ребенок не сможет поступить по-взрослому, а вдруг его обманут, а вдруг что-то случится! Не играйте в детективов - ни в коем случае не взламывайте их аккаунты в соцсетях, чтобы следить за передвижениями и рассматривать фотографии. Если вас раскроют - от вас будут скрывать все и всегда.

4. Хвалите, вдохновляйте!

Ваша задача не доказать всему миру, что Вы правы, а помочь ребенку, поддержать. Чем больше хвалите (даже за самые скромные успехи), тем увереннее становится ребенок. И тем приятнее ему рассказывать вам о своих успехах и, конечно, добиваться этих самых успехов. Несмотря на то, что ребенок взрослый, ничто ему так не важно, как одобрение и похвала мамы с папой.

5. Дружить с друзьями

Будете ругать друзей своего ребенка - потеряете ребенка. Он выберет их, и будет встречаться с ними вдали от вас. И тогда вы не узнаете, где он и с кем. Лучше приглашайте его друзей к себе домой, слушайте их, общайтесь, спрашивайте и интересуйтесь. Если кто-то из друзей вам не понравился, вы можете высказать свои мысли только на тему: "Мне не понравился поступок", а не "твой друг глупый и некрасивый". Если видите, что подросток попал в плохую компанию, расскажите ребенку о своих опасениях, сравните с тем, какими бывают настоящие друзья, попробуйте найти другую компанию, например в секции, где есть стремление к победе, соревнования.

6. Указывать на ошибки, наказание

Если гнев родителей и наказание заслуженные, то они очень нужны. Именно это указывает ребенку на его ошибки и учит жить. Методы воздействия у всех разные, каждый в семье сам должен решить какое будет наказание. Только вы знаете своего ребенка и знаете, что действует именно на него. Наказание должно быть адекватным и справедливым.

7. Помочь сориентироваться

Решить, чем заняться в будущем - самое трудное для подростка. И тут необходима помощь родителей. Старайтесь показать все возможности - записать в кружки, водить

на мастер-классы, знакомить с разными специалистами. Просто рассказывать и водить на работу к друзьям. Не требуйте от подростка, чтобы он четко знал, чего хочет! Он может принять решение, только если у него будет выбор.

8. Научить ценить деньги

Берите ребенка с собой в банк, рассказывайте, как зарабатываете, соотносите, какие варианты покупок можно совершить на определенную сумму, учите выбирать, что важнее купить. В магазине просите ребенка выбирать привлекательные цены, и вообще смотреть на цены! Можете отправлять в магазин со списком покупок и определенной суммой. ". Копилка тоже здорово помогает детям учиться ценить деньги и тратить их правильно.

Помните, что доверие не теряется в один момент.

