

Как не потерять доверие ребенка



Доверие — процесс, который легко потерять. Почему так происходит? Дети, взрослея, тестируют реальность и проверяют родителей, пытаюсь разглядеть — кем те являются на самом деле, потому что, начиная с рождения, мама и папа для малыша выступали как люди, приближенные к идеальным. Обнаружение у них недостатков может привести к разочарованию и желанию отгородиться, стать независимым, другим.

Ребенок в трудном возрасте может перестать доверять взрослым и это нормально. Восстановить доверие можно, если не пытаться «ломать» школьника или подростка, а вместо этого, позволить ему пережить свое разочарование, справиться с ним и позволить родителям, тоже, быть неидеальными.

Доверять людям, которые смотрят на него, как на пришельца с другой планеты — сложно, делиться с ними своими увлечениями вовсе бывает невозможно. Тогда, из-за ощущения того, что тебя не принимают, потому что ты не похож на остальных, дети отгораживаются от близких людей, ищут единомышленников где угодно, но, только не в семье.

Боязнь разочаровать родителей. Такое случается, если ребенок чувствует, что родители ждут от него идеального поведения, и если он оступится, сделает что-то не так, мать и отец станут очень переживать, сравнивать его с другими детьми, показывать всем своим видом, как он их разочаровал. Поэтому, ребенок рассказывает только о хорошем и приятном — достижениях, но не провалах и проблемах. Так, он демонстрирует одну из сторон своей личности и умалчивает о второй.

Для сохранения и восстановления доверия полезно:

- проявлять искренний интерес к делам и увлечениям детей;
- делиться с ними своими проблемами и трудностями, возможно, даже спрашивать совета у сына или дочери;
- проводить время вместе — на прогулке, во время путешествия, играть в семейные игры, смеяться, читать, смотреть фильмы;

относиться к ребенку в соответствии с его возрастом, принимать и уважать потребности, чувства и желания;

отказаться от чрезмерного авторитаризма в семье — чем больше дети будут чувствовать любви и поддержки от родителей, тем скорее поверят в то, что им можно доверять и обращаться с любым вопросом; научиться слушать тогда, когда малышу или подростку это нужно;

проявлять свою заинтересованность и искренность. Сухое «Как дела?» нужно позабыть — на смену должен прийти оживленный разговор обо всем на свете;

помнить, что ошибаются все, и ребенок не обязан быть идеальным, что сегодняшняя ошибка может помочь завтрашнему взлету;

показать ребенку, что его любят таким, какой он есть, вне зависимости от поведения или достижений. Безусловная любовь делает детей уверенными в себе и не позволяет доверию исчезнуть из семьи, даже, если между ее членами случаются ссоры и непонимание;

чаще обниматься — прикосновения очень позитивно влияют на развитие доверительных отношений.