***Будь другом для своєї дитини***

******

 ***Справжні дружні стосунки між батьками і дітьми – важлива умова міцних сімейних стосунків. Ці 10 дорогоцінних порад дозволять вам встановити по-справжньому довірливі стосунки зі своєю дитиною.***

 **1. Частіше говоріть дитині, що ви її любите**

Це так просто, але чомусь ми так рідко це говоримо своїм дітям. Говоріть дитині «Я люблю тебе» кожен день, не залежно від його віку. І навіть під час сварки та непорозумінь завжди знаходьте в собі сили сказати цю просту фразу. Ці слова мають велике значення у встановленні справжніх довірливих відносин між дітьми і батьками.

**2. Грайте з дитиною в ігри**

Якщо у вас дівчинка, то навіть самому суворому татові варто пограти зі своєю донькою в ляльки. Грайте з дітьми в рольові ігри, в м’яч, комп’ютерні ігри, а також разом співайте пісні і робіть вироби. Головне – отримуйте задоволення від гри і показуйте його своїм дітям. В іграх дозвольте вашій дитині побачити свого однолітка і друга.

**3. Будьте з дитиною максимально чесним**

Справжні довірливі відносини з дитиною можливі, якщо ви будете з нею максимально чесним. Будьте з дітьми щирими і відкритими. Пам’ятайте, що будь-яка інформація, яку ви приховаєте від дитини, рано чи пізно спливе на поверхню, після чого діти не зможуть вам довіряти.

**4. Діліться з дитиною вашими поглядами і традиціями**

Часто розмовляйте зі своєю дитиною про ваші поглядах на життя, релігії, традиціях і т.д. При цьому цікавтеся її думкою, а також максимально чесно відповідайте на всі питання, які вам задає дитина. Такий обмін думками дуже важливий для встановлення контакту з дітьми.

**5. Дайте дитині прізвисько**

Придумайте для своєї дитини особливе прізвисько, яким будете називати його тільки ви. Це прекрасний символ близькості і довірливих відносин між батьками і дітьми. Навіть після десятка років подорослішавша дитина буде пам’ятати про своє «кодове ім’я». дітьми. Навіть після десятка років подорослішавша дитина буде пам’ятати про своє «кодове ім’я».

 **6. Дозволяйте дитині допомогти вам**

Дозвольте дитині почуватися справжнім другом, який завжди допоможе. Нерідко батьки не дозволяють своїм дітям допомагати їм по господарству. Прибирання по дому, покупки в супермаркеті, приготування їжі та ремонт – відмінний привід дати дитині можливість проявити себе.

**7. Запитуйте думку своїх дітей**

У спілкуванні з дітьми важливо відмовитися від авторитарних методів виховання. Дозволяйте дитині самій вибирати собі одяг і речі. Прислухайтеся до її думки. А якщо ви з нею не згодні, то намагайтеся пояснити свою позицію, але при цьому давайте їй свободу вибору. Крім того, запитуйте у дитини, як на вас сидить взуття чи одяг. Це підвищить самооцінку дітей і дасть їм зрозуміти, що вони з вами на рівних.

**8. Приділяйте більше часу своїй дитині**

Якщо ви хочете, щоб ваша дитина відчула себе вашим другом, то знаходьте час для спільних прогулянок по парку, походів у кіно, на каток або в кафе. Зіграйте з вашим сином або дочкою в боулінг або просто пройдіться по магазинах.

**9. Подорожуйте**

Подорож – відмінний привід для встановлення довірливих, близьких стосунків зі своїми дітьми. Далеко від домашніх турбот, роботи та навчання можна чудово провести час в який-небудь іншій країні.

У нових країнах відвідуйте з дитиною музеї та виставки, цікавтеся чужою культурою і кухнею. Це відмінні теми для справжніх дружніх розмов, під час яких можна обмінятися враженнями.

**10. Влаштовуйте сімейні сніданки, обіди та вечері**

Прекрасно, якщо у вашій родині є такі традиції. Сімейний обід – це, перш за все хороший грунт для бесід та обміну думками. Важливо в цей час відключити телевізор і зосередитися тільки на спілкуванні за столом.

 Практичний психолог

 Артемчук Людмила Володимирівна