

## Правило «трех минут» в общении с ребенком - полезная привычка!

Именно первые минуты после разлуки имеют большое значение для эмоциональной связи. Кстати, они же более информативны, дети выдают все важные новости сразу.

Эти первые три минуты нужно встречать ребенка с радостью, будто вы не виделись очень-очень давно (даже если вы уезжали на 2 часа в магазин). Обнимайте, целуйте, говорите, что безумно соскучились. Именно в такие моменты дети наиболее восприимчивы и готовы поделиться всей информацией, своими мыслями, наблюдениями, о которых в других обстоятельствах не рассказали бы.

Во время встречи с ребенком будьте на одном с ним уровне. Не бубните где-то там сверху. Присядьте, обнимите, посмотрите в глаза. Слушайте, не перебивая, пока ребенок готов рассказать вам все-все на свете, потому что «потом» не будет. Дети - очень переменчивый народ.

Умение слушать и разговаривать в форме диалога, не перебивая - это основа доверительных отношений и эмоциональной близости с ребенком. Старайтесь отвечать развернуто, не отнекиваясь шаблонными «хорошо», «молодец» и т.д.

Это правило необязательно воспринимать буквально: раз три минуты, значит три минуты. Общение может быть как дольше, так и короче. Это просто название приема, здесь нет временных рамок.

Не ждите, когда ребенок подрастет или пойдет в садик, введите это правило с малых лет.

Будьте искренними, ведь дети чувствуют фальшь. Дети гораздо больше ценят минуты искреннего общения, чем многочасовое совместное времяпровождение, когда вроде бы вместе, но каждый сам по себе. Детям важно, чтобы вы уделяли им внимание и дарили эмоциональную близость, не отвлекаясь на другие дела.

