Если детям не хватает внимания?

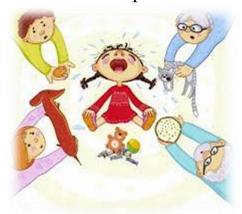
Сафиуллина Мария Михайловна, педагог-психолог



Чаще всего причиной непослушания, непонимания, истерик и других сложностей в отношениях между родителями и детьми, является не

ребенок, а родители. Если ребенок не слушается, нужно разобраться в Вашем поведении, а потом подумать, чем можно помочь ребенку.

Самая первая и главная причина – это нехватка внимания! Как



бы банально это не звучало. Подумайте прямо сейчас, как часто вы обращайте внимание на своего ребенка, если он не кричит, не устраивает истерики, полностью действует так, как хотите этого Вы? Обычно на таких детей мало обращают внимания. Ребенок чем-то занят, мама и папа занимаются своими делами. Это самая простая ситуация,

когда всех все устраивает, прежде всего родителей.

Сегодня очень трудно уделять ребенку много внимания и времени.

обычно Родители много времени проводят на работе. Тем не менее, не нужно проводить с ребенком 24 часа в сутки, чтобы он получил столько внимания, сколько ему нужно. Просто станьте для него человеком, который любит любых при его обстоятельствах, И чтобы не произошло. Станьте тем, кто по-



настоящему любит, ценит и поддержит в любой ситуации.



Для детей самое важное и ценное, чтобы их любили. Растения тянутся к солнцу для того, чтобы жить. Также и наши дети тянутся к тем, кто искренне любит их и ценит. Поэтому, ели Вы не на словах, а на деле покажете им свою любовь, преданность, теплоту и заботу, они не совершат поступка, который

может вас огорчить. А принимая важное для них решение, они в первую очередь будут советоваться с вами, а не с друзьями.

Рекомендации, которые Вам помогут уделять достаточное внимание ребенку:

- Уделяйте каждому своему ребенку 15-30 мин в день в течение ближайших 90 дней. Не просто включить мультфильм и уйти на кухню, а прочитать сказку-обсудить, вместе порисовать, полепить, вместе приготовить кушать, выслушать ребенка, рассказать о том, как прошел Ваш день. Сходить в театр, кино, на каток. Всей семьей! Вы сами не заметите, как 15-30 мин в день кардинально изменят Вашу жизнь и Ваши отношения с ребенком. Вы буде испытывать неимоверное счастье и гордость за то, что Вы делайте!
- ▶ Планируйте свой день таким образом, чтобы хватало времени и на работу, и на семью. Делайте каждый день сначала дела относящиеся к этим двум сферам Вашей жизни, а уже потом занимайтесь остальным.
- ▶ Самое важное, что у Вас есть это Ваши семья и дом! Проводите, как можно больше времени дома со своими близкими. На работе главное — качество, дома — количество и качество!
- ▶ Всегда проводите свободное время с пользой. Например, когда едете с ребенком в машине, автобусе — поговорите о его чувствах, событиях в его жизни, планах.
- ➤ Когда ребенок хочет Вам что то сказать, слушайте его внимательно. Вместо попытки слушать в пол уха, повернитесь к нему, оставьте все свои дела и слушайте внимательно! Не делайте вид, что слушайте!