Консультация подготовлена Троицкой С.А. - Уполномоченным по защите прав участников образовательных отношений

«Правило 3-х минут» в воспитании детей – должен знать каждый родитель

- Чем вы занимаетесь, приходя с работы?

Многие ответят: «Каждый день одно и то же! Надо приготовить ужин, помыть посуду, постирать, проверить уроки, принять ванну и, поцеловав ненаглядного ребенка, отправиться спать!»

- А много ли вы времени уделяете ребенку после работы?

- Ну, проверила уроки, поговорили о проблемах насущных, завтрашней контрольной по математике. Подготовили стенгазету к предстоящему празднику.

Вроде ребенок рядом, но как-то фоном. Общения как такового и нет. Но ведь ребенку этого не достаточно.

Психологи разработали правило 3-х минут.

· Встречая каждый раз своего ребенка, ведите себя так, будто вы встретили друга, которого не видели сто лет. И неважно, с работы вы пришли, или с рынка.

· При встрече не забывайте обнимать его и целовать – это важно!

· Во время разговоров находитесь с ребенком на уровне «глаза в глаза» - это вызывает доверие гораздо больше, чем банальный разговор за ужином.

· В эти первые 3 минуты ребенок готов рассказать вам все! В этом вся важность. Игнорируя эти минуты общения, вы упускаете возможность на откровенный разговор.

· Постарайтесь не засыпать в это время вопросами, которые волнуют только вас: «Ты обедал?», « Выучил уроки?», «Что по контрольной?»

· Скажите, как рады видеть. Как любите, скучаете, и он сам поделится с вами тем, что его волнует.

· Будьте искренними.

Применяйте это просто правило с самых ранних лет. И тогда малыш с нетерпением будет ждать вас, чтобы рассказать о важном.

Игнорируя такие откровенные разговоры, отмахиваясь из-за мнимой неважности вопроса, нехватки времени, дитя поймет - его проблемы никого не волнуют, и попросту перестанет их озвучивать.

А в подростковом возрасте это перерастет в скандалы, недопонимание, обман и злость.

Сколько раз наблюдала картину в школе – малыши бегут с уроков, глазами ищут мам, чтобы рассказать, как прошел день, что нового выучили. В коридоре их мучительно ждут мамаши, не отрываясь от телефонов. При этом другие мамы, на уровне интуиции, выполняют «правило 3-х минут». Присаживаются на уровне глаз и обнимают.

Знайте, при встрече с ребенком у вас есть всего несколько минут, чтобы сесть и выслушать, а дальше…дальше ужин, посуда, уроки и прочий быт. Время летит молниеносно, не успеете опомниться, как ваши дети вырастут. Поэтому не упускайте время, пробуйте строить доверительные отношения уже сегодня.