

Правило трёх минут



Правило первых трёх минут заключается в том, чтобы всегда встречать ребёнка с огромной радостью и улыбкой на лице. Обычно всё, чем с вами хочет поделиться ребёнок, он «выдаёт» в первые минуты встречи, именно в этом заключается важность не упустить это время.



Вы сразу заметите тех родителей, которые интуитивно выполняют правило «первых трёх минут». Например, забирая ребёнка из детского сада или школы, они всегда приседают на уровень его глаз, обнимают при встрече и говорят, что по нему соскучились. В то время как другие родители просто берут ребёнка за руку, говорят «пошли», разговаривая при этом по телефону.



Приходя с работы, сразу обращайтесь внимание на ребёнка. Вы имеете несколько минут для того, чтобы сесть рядом возле него, расспросить о его дне и выслушать. Потом пойдёте ужинать и смотреть новости.

Иногда несколько минут душевной беседы значат для ребёнка гораздо больше, чем целый день, проведённый с вами вместе. То, что мы всё время забеганные и озабоченные делами, точно не сделает наших детей счастливее, даже если мы считаем, что делаем это ради них и их благополучия.

Для родителей и детей выражение «время вместе» имеет разное значение. Для взрослых достаточно, чтобы дети просто находились рядом с ними, когда они делают что-то дома или идут в магазин. А вот для детей понятие «время вместе» - это смотреть глаза –в-глаза, когда родители садятся рядом, откладывая мобильные телефоны, исключая мысли о сотнях своих проблем и совсем не отвлекаются на посторонние дела. Ребёнок никогда не доверится, если чувствует, что в приоритете у родителей в момент общения есть что-то важнее, чем он.



Конечно, не всегда у родителей есть время на совместную игру с детьми, но в такие минуты делайте только то, что хочет ребёнок. Не надо предлагать ему ваши собственные варианты свободного времени. Время скоротечно, и вы не успеете опомниться, как ваши сыновья и дочери повзрослеют, поэтому не теряйте времени и начинайте строить доверительные отношения с ними уже сейчас. Пусть «правило трёх минут» вам в этом пригодится.

