**Привычки и практики, которые помогут родителям создать доверительные отношения с ребёнком**

Вот несколько советов, которые помогут установить тёплые и доверительные детско-родительские отношения:

1. Будьте честными и всегда говорите правду.
2. Старайтесь следовать своим обязательствам и быть надёжными в глазах ребёнка.
3. Проявляйте эмпатию и уважение к ребёнку, давая понять, что вы всегда готовы выслушать его без осуждения. Избегайте отрицательных комментариев и критики.
4. Установите чёткие правила и границы, но при этом будьте готовы к компромиссам и диалогу.
5. Показывайте ребёнку, что вы всегда рядом и готовы сделать всё, чтобы ему помочь.
6. Поддерживайте положительное общение, выражайте свою любовь и признательность, используйте позитивные слова и выражения.
7. Показывайте ребёнку, как управлять своими эмоциями, используя спокойствие и терпение в общении. Помните, что он копирует ваше поведение.
8. Создавайте приятные и позитивные моменты вместе. Это могут быть как повседневные заботы, так и праздники, путешествия.

Чтобы выстроить доверительные детско-родительские отношения, важно:

* уделять ребёнку внимание и общаться с ним;
* быть открытым и честным со своим чадом;
* не критиковать и не осуждать;
* показывать свою любовь и поддержку;
* давать ребёнку возможность самостоятельно принимать решения и отвечать за свои поступки.

Помните, что отношения с детьми — процесс трудоёмкий, который требует терпения и усилий. Но умение контролировать свои эмоции и выстраивать доверительные отношения с ребёнком поможет создать прочную и здоровую связь между вами на долгие годы.

 *Психологическая служба ВКГК имени Абая*