***Мини рекомендация от психолога «Как родитель может помочь ребёнку построить крепкие и заботливые отношения с окружающей его средой».***

Действительно для детей это новый опыт и они ещё не умеют выстраивать отношения. Нам важно, чтобы они получили максимум коммутативных навыков и навыков ведению диалога, общения, взаимодействию с другими людьми. Для подростков очень важно иметь прочные отношения с семьёй и друзьями. И это не только про то, что мы должны проводить время вместе н-р: за ужином или завтраком, это ещё и другие виды занятий, которые вы проводите, в том, числе учитывая интересы ребёнка. Это могут быть совместные игры, отдых, развлечения, занятия спортом. Кроме того, очень важно для построения и ощущения заботы научить ребёнка и показать ему как решать проблему. Ведь только взрослый может действительно увидеть альтернативные формы и приёмы решения этих проблем.

Поэтому вместо того, чтобы спрашивать какую оценку вы получили, уточните у ребёнка с какими проблемами он сталкивается, как прошёл его день , и покажите каким способом можно решать эту проблему. Поделитесь своим опытом, проявите искренний интерес к ребенку. Дети очень чувствительны и они различают формальные отношения и проявленный искренний интерес. Для того, чтобы проявить искренний интерес больше спрашивайте о чувствах и интересуйтесь состоянием ребёнка. Кроме того очень важно, чтобы в жизни вашего ребёнка был человек на которого он может упереться и тот, кто играет решающую роль в его развитии и в его устойчивости. Это человек, с которым ребёнок может проводить время, с которым может поделиться, обратиться за помощью, если она ему понадобиться. И очень часто этим человеком может не быть его семья н-р: мама или папа, бабушка или дедушка, этим не может быть даже брат с сестрой. Поэтому ваша задача позаботится , чтобы ваш ребёнок нашёл такого человека, возможно и это будет сверстник или даже педагог, тренер или тот человек с которым занимается ребёнок в каком – то кружке. Всё это поможет чувствовать заботу от взрослого и таким образом выстраивать крепкие отношения, как между вами, так и переносить этот опыт в другое пожизненное пространство. Ребёнку важно чувствовать опору со стороны.