***Ата-аналарға баласымен сенімді қарым-қатынас орнатуға көмектесетін әдеттер мен тәжірибелер***

Ата-ана мен бала арасындағы жылы және сенімді қарым-қатынас орнатуға көмектесетін бірнеше кеңестер:

1. Адал болыңыз және әрқашан шындықты айтыңыз.

2. Міндеттемелеріңізді орындауға және балаңыздың алдында сенімді болуға тырысыңыз.

3. Балаңызға жанашырлық танытыңыз және құрметтеңіз, сіз әрқашан ешкімді сынамай тыңдауға дайын екеніңізді түсіндіріңіз. Теріс пікірлер мен сындардан аулақ болыңыз.

4. Нақты ережелер мен шекараларды белгілеңіз, бірақ ымыраға келуге және диалогқа дайын болыңыз.

5. Балаңызға әрқашан қасында екеніңізді және оған көмектесу үшін бәрін жасауға дайын екеніңізді көрсетіңіз.

6. Позитивті қарым-қатынасты сақтаңыз, сүйіспеншілігіңіз бен ризашылығыңызды білдіріңіз, жағымды сөздер мен өрнектерді қолданыңыз.

7. Балаңызға қарым-қатынаста сабырлылық пен шыдамдылық таныту арқылы оның эмоцияларын қалай басқаруға болатынын көрсетіңіз. Ол сіздің мінез-құлқыңызды көшіретінін есте сақтаңыз.

8. Бірге жағымды сәттерді жасаңыз. Бұл күнделікті тіршілікте, мерекелер мен саяхаттар да болуы мүмкін.

***Ата-ана мен бала арасындағы сенімді қарым-қатынас орнату үшін мыналар маңызды:***

• балаға көңіл бөлу және онымен қарым-қатынас жасау;

• балаңызға ашық және шынайы болыңыз;

• сынамау және үкім шығармау;

• сүйіспеншілік пен қолдау көрсету;

• балаға өз бетінше шешім қабылдауға және өз іс-әрекетіне жауапты болуға мүмкіндік беру.

**Есіңізде болсын**, балалармен қарым-қатынас шыдамдылық пен күш-жігерді қажет ететін еңбекті қажет ететін процесс. Бірақ сіздің эмоцияларыңызды бақылау және балаңызбен сенімді қарым-қатынас орнату мүмкіндігі сіздердің араларыңызда ұзақ жылдар бойы берік және дұрыс байланыс орнатуға көмектеседі.

***Абай атындағы ШҚГК психологиялық қызметі***