

## Правило «первых трёх минут», которое нужно знать всем родителям

Оказывается, есть такое важное правило – правило «первых трёх минут». Когда родители в семье начинают выполнять это правило, то замечают, что оно очень многое меняет в отношениях к лучшему.

**Правило «первых трёх минут»** заключается в том, чтобы всегда встречать ребенка с такой огромной радостью, как будто встречаете друга, которого не видели уже много, много лет. И не важно, вы вернулись из магазина, в который выбегали за хлебом, пришли домой с работы или вернулись из командировки.

Как правило, всё, чем с вами хочет поделиться ребенок, он «выдает» в первые минуты встречи, именно в этом и заключается важность не упустить это время.

**Вы сразу заметите тех родителей,** которые интуитивно выполняют правило «первых трёх минут». Например, забирая ребенка со 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 ребенка за руку, говорят «пошли», разговаривая при этом по телефону.

Приходя с работы, сразу обращайтесь всё внимание на ребенка. Разувайтесь и бегите за ребенком. У вас есть несколько минут для того, чтобы сесть рядом с ним, расспросить про его день и выслушать. Затем уже пойдете есть, и смотреть новости. Если вы, таким образом, не обратите внимание на ребёнка, то он будет ходить за вами весь вечер, требуя общения, внимания, любви.

**Важно не количество времени, а эмоциональная близость.**

Иногда несколько минут душевной беседы значат для малыша намного больше, чем целый день, проведенный вместе с вами, если мыслями в это время вы были в другом месте. То, что мы все время спешим и озабочены, точно не сделает наших детей счастливыми, даже если мы считаем, что делаем это ради них и их благосостояния.

**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, откладывают мобильные телефоны, исключают мысли о сотнях своих проблем и совсем не отвлекаются на посторонние дела. Ребенок 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 ребенок. Не надо предлагать ему ваши 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 «трех минут» вам в этом пригодится.**



## «Взрослым сложно играть с детьми, потому что взрослые не умеют ждать»

Иногда взрослым, педагогам и родителям может быть сложно, потому что они слишком быстрые, они не умеют ждать. Когда ребенок что-то делает, взрослый пытается вмешаться, сделать следующий шаг слишком быстро.

Темп детей намного медленнее темпа взрослых. Взрослым нужно подумать о процессе, спросить самих себя: «Что сейчас я вижу?». Важно не торопиться, дать детям столько времени, сколько им нужно. Спешка взрослого может быть проблемой.

Что касается самой игры, то, когда вы понимаете, что дети постоянно размышляют, у них появляются новые и новые идеи, когда вы начинаете наблюдать за ними, вы все больше наслаждаетесь этим процессом.

**Когда вы сидите рядом с песочницей, а трехлетний малыш делает куличики, много куличиков, вам может это в какой-то момент надоест.**

Но осознавая смысл того, что на самом деле делает ребенок в этот момент (он изучает свойства мокрого песка), вы начинаете лучше понимать сам процесс обучения. Вам станет очень интересно наблюдать за ребенком и быть с ним!

**Также важно понимать, что вы не обязаны играть с ребенком постоянно, все ваше время.**

Дети на самом деле любят играть рядом со взрослым, когда он просто сидит неподалеку. Взрослому не надо быть постоянно активно вовлеченным в игру. Иногда детям нравится активное участие взрослого, а иногда им хочется поиграть самим рядом с взрослым. Вы можете быть просто рядом и заниматься своими делами. Например, когда дома вы моете посуду, ребенку нравится пристроиться рядышком и играть на полу, иногда обращаясь к вам.

