**Как установить доверительные отношения с ребенком.**

К чему стремится каждый родитель? С одной стороны, быть для своего ребенка авторитетом, то есть добиваться, чтобы ребенок слушался и уважал старания мамы и папы. С другой стороны, все родители мечтают, чтобы ребенок им [доверял](http://www.ya-roditel.ru/parents/base/manipulation/index.php?sphrase_id=31911) и обязательно делился теми сложными ситуациями, которые периодически возникают в непростой детской жизни. Именно эти два «кита» воспитания – авторитет и доверие – и должны помочь чуткому родителю вовремя включиться и оказать поддержку своему чаду в трудный час.

***«Как выстроить с ребенком отношения, в которых авторитет сочетается с доверием?»***

Два типа отношений

С точки зрения канадского психолога Гордона Ньюфелда, существует два вида отношений – «вертикальная привязанность» и «горизонтальная привязанность». Первая возникает между людьми, разными по возрасту и по статусу. К примеру, между [ребенком и родителем](http://www.ya-roditel.ru/roditeli-i-deti/), ребенком и учителем, ребенком и другим авторитетным взрослым. По мнению эксперта, именно этот вид привязанности позволяет детям с самого раннего возраста обучаться истинным человеческим ценностям и расти в эмоционально безопасной обстановке. «Горизонтальная» привязанность, возникает к ровесникам и часто несет разрушительные, жизненно опасные ценности подростковых субкультур.

Ньюфелд рекомендует родителям выстраивать «вертикальную» привязанность отчасти ради того, чтобы сберечь ребенка от вредного влияния ровесников.

«Вертикальная» привязанность основана таким образом, что в ней всегда есть ведущий и ведомый. Роль ведущего, естественно, родительская. Но здесь очень важно сохранить правильный баланс между авторитетом взрослого и доверием. Мало кому это удается – обычно часть родителей слишком [строгие](http://www.ya-roditel.ru/national-campaign/news/?idNews=373669&sphrase_id=31916) и теряют доверие ребенка из-за желания получить авторитет, а другая часть, напротив, слишком мягкие и понимают установку доверительных отношений с ребенком как потакание ему: и то, и другое является серьезной ошибкой.

Именно в отношениях, где есть правильный баланс между авторитетом и доверием, ребенок может гармонично развиваться и взрослеть.

Стратегия формирования вертикальной привязанности

Чем раньше устанавливаются отношения «вертикальной привязанности», тем у родителей больше шансов на всю жизнь установить доверительные, но уважительные отношения с собственным ребенком.

Вы можете практиковать это как с малышами, так и с подростками – правда, в последнем случае, если родитель до этого вел себя по-другому, ребенку потребуется довольно много времени на адаптацию.

Эти шаги важно выполнять друг за другом, поскольку перескакивание с одного на другой в случае отсутствия вертикальной привязанности не окажет должного эффекта, а, напротив, может привести к непониманию и непослушанию.

### **1. Привлеките внимание ребенка**

Первым делом родитель или другой взрослый из близкого окружения привлекает внимание ребенка путем каких-то действий, которые вызывают у ребенка живой интерес. Здесь важно придумать что-то, соответствующее возрасту ребенка и его предпочтениями. Таким образом, мы проникаем в мир ребенка и получаем его расположение.

### **2. Дайте ребенку что-то, за что тот может «ухватиться»**

В качестве второго шага нужно дать ребенку что-то, за что он сможет «ухватиться». В раннем детстве – в прямом смысле: свою руку или новую игрушку. Дети постарше «ухватываются» за какую-то игру, идею, возможность высказаться. То, что исходит от вас, должно быть своего рода «даром» для ребенка: позже это будет связывать вас на эмоциональном уровне.

### **3. Станьте для ребенка ориентиром в выбранной деятельности**

Взрослый должен стать для своего чада ведущим, ориентиром: и вести его куда-то к новым, неизведанным, но интересным местам.

Для тренировки можно устроить поход в лес или другое место, где нужно вести ребенка за собой. Превратившись в руководителя в пространстве, родитель позже уже может вести ребенка по жизни.

### **4. Поощряйте эмоциональную зависимость от вас**

Чтобы поддерживать отношения, основанные на привязанности и авторитете, не стоит отталкивать ребенка во внешний мир ровесников и отношения «горизонтальной привязанности». Напротив, необходимо поощрять зависимость пока что незрелого человека от зрелого заботливого и любящего взрослого, который может уберечь от опасностей. Парадокс здесь заключается в том, что поддерживая эмоциональную привязанность ребенка к взрослому, вы удовлетворяете первичную потребность в безопасности и даете возможность вырасти здоровой и независимой личности ребенка, который будет прекрасно строить отношения со сверстниками сам.