

ПРАВИЛО ТРЕХ МИНУТ

У тех, у кого это правило прочно вошло в семью, изменились детско-родительские отношения к лучшему.

Правило заключается в том, чтобы каждый раз встречать ребенка так, словно вы не виделись очень давно (даже если ваша разлука длилась всего 5 минут, пока вы выбегали в магазин).

При этом важно опуститься на уровень глаз малыша и уделить 3 минуты на то, чтобы обнять ваше чадо и спросить, что происходило, пока вас не было. Особенно важно соблюдать это правило, забирая ребенка из детского сада, встречая из школы или возвращаясь к нему после рабочего дня.

Нужно отметить, что правило трех минут не предполагает того, что вы будете проводить с ребенком всего 3 минуты в день. Оно лишь требует того, чтобы вы обязательно выделяли эти 3 минуты при встрече, чтобы услышать все самое важное, что малыш хотел бы вам поведать.

Иногда несколько минут задушевной беседы значат намного больше, чем целый день, проведенный вместе.

Ведь согласитесь, совместное время это не только о том, чтобы физически сидеть на соседних стульях, но, в первую очередь, об эмоциональной вовлеченности и сопричастности к другому человеку.

