

## **„Nie potrafię rozmawiać z córką”**

*Staram się jak najwięcej rozmawiać ze swoją 5-letnią córeczką. Wiem, jakie to ważne dla jej rozwoju i naszych relacji. Chyba jednak nie bardzo mi to wychodzi, bo córka szybko się takimi rozmowami nudzi.*

### **1. Stwórz odpowiedni klimat do pogawędki.**

Nie krąż między kuchnią a pokojem, nie rzucaj zdań mimochodem. Usiądź z córką, weź ją na kolana albo przytul. Do rozmów wykorzystaj też naturalne okazje: spacer, drogę do przedszkola, wspólny posiłek. Ważne, żeby dziecko czuło, że mama jest teraz zainteresowana tylko nim.

### **2. Pamiętaj, że rozmowa to dialog, a nie monolog.**

Zrezygnuj z długich wypowiedzi. Pięciolatkę szybko one znudzą i swoje zainteresowanie skieruje na inną czynność. Pozwól, by dziewczynka aktywnie uczestniczyła w rozmowie. Jeśli jest małomówna z natury, często zadawaj jej pytania.

### **3. Tego, co mówi twoja córka, słuchaj uważnie.**

Nie przerywaj jej. Okazuj zainteresowanie, nawet jeżeli temat wyda ci się błahy. Patrz córce w oczy, potakuj. Ale jeśli będziesz myśleć o czymś innym, ona szybko to zauważy.

### **4. Mów językiem zrozumiałym dla pięciolatki.**

Żeby rozmowa była dla córki interesująca, musi rozumieć słowa, których używasz.

### **5. W trakcie rozmowy wyrażaj swoje uczucia.**

Pokazuj dziecku, jak jest dla ciebie ważne. Mów mu, że je kochasz i lubisz z nim rozmawiać.