

培养良好亲子关系的途径与方法



(一)尊重孩子，做孩子的朋友

要尊重孩子就要允许孩子有自己的观点和想法，允许孩子自由表达意见和提出问题，而且允许孩子讨论。只有这样，孩子才勇于质疑，才敢大胆提出自己的观点，形成自己的想法，长大后才能成为有思想有主见的孩子。

与孩子要保持朋友的关系，站在孩子的角度想问题，看问题。孩子做错事情时，父母不是以大人的身份责骂孩子，可以以朋友的身份教导孩子。或者与孩子一起看书、做家务事，在生活学习当中成为孩子的朋友。

(二)多参与孩子的活动

无论多忙也不要冷淡了自己的孩子，父母要尽可能地留一点时间给子女，与他们一起谈谈当天发生的事情，了解彼此的心情。也可以加入到孩子们的游戏里去，和孩子们一起欢笑，这既有利于良好亲子关系的建立，也有利于使自己疲惫的心得到放松。



(三)运用适合儿童的语言，积极谈论孩子感兴趣的话题

父母在与孩子沟通的时候要多使用孩子的语言。当孩子和你谈他感兴趣的话题时，父母要及时回应。孩子邀请你参加他的活动，你要欣然前往，亲子之间有共同的话题才能产生情感上的共鸣。



(四) 父母要善于控制情绪，转化冲突

做父母的在孩子面前要懂得控制自己的情绪，不要让孩子感到莫名其妙，以为自己做错了什么。即便是亲子之间对某件事有分歧，也可以寻找一个双方均可接受的办法，带来双赢的效果。

亲子关系的建立，尤其是良好亲子关系的建立是一个缓慢的过程。在这个过程中，父母责任尤重，应该多理解孩子，多给孩子创造一个充满关怀、尊重和交流的良好氛围。

