

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ, КОТОРЫЕ ДОЛЖЕН УСВОИТЬ РОДИТЕЛЬ, ЧТОБЫ ЕГО МАЛЫШ ВЫРОС СЧАСТЛИВЫМ

1. **Не врите детям.** Старо как мир. Мы обманываем ребенка, исходя из соображений сиюминутного комфорта, а штраф, который мы платим – гораздо больше и неприятнее. Чаще всего мы платим подорванным к себе детским доверием. В худшем случае мы платим тем, что у ребенка создается разрозненная, противоречивая картина мира – вместо непротиворечивой и целостной. В мире, где слова родителей не соответствуют действительности, ребенку крайне трудно жить
2. **А если правда такова, что вы почему-то не можете ее сказать?** Помогите себе: возьмите тайм-аут. Ничего страшного в словах «я отвечу тебе завтра» - нет. Время, которое вы выиграли, потратьте на формулирование для себя своего страха. Чего боитесь? Почему не можете чего-то сказать? Скорее всего придете к тому, что боитесь не за ребенка, а за себя. Боитесь, что правда может разрушить вас. Дети же могут вынести любую правду, если ее хорошо может вынести взрослый, который ее ребенку преподносит. Сначала справьтесь сами, затем – говорите с ребенком. Только не врите.
3. **Есть еще обман забывчивостью. Пообещала – забыла.** И ребенок забыл. Потом ребенок вспомнил. И обиделся постфактум. Нехорошо. Если обещаете – выполняйте. Если у вас плохая память – записывайте. Если вспомнили, что забыли – поговорите об этом с ребенком. Скажите, что вспомнили, и что обязательно сделаете обещанное. Опять же – это упрочивает картину мира ребенка. Это учит его быть обязательным. Это дает ему понять, что вы его уважаете.
4. **Не имитируйте общение, интерес, участие.** Не говорите: «ах, как здорово ты нарисовал!», глядя в телевизор. Либо оторвитесь от сериала, либо честно (опять же) скажите: «Миша, прости, дорогой. Я сейчас занята и как следует не могу поглядеть. Я закончу и посмотрю хорошенько, что ты нарисовал». Опять же – не обманывайте. Как закончите – посмотрите.
5. Ваш ребенок никогда не будет безобразно вести себя в магазине, если вы своевременно расскажете, что такое деньги и откуда они берутся. **Не делайте ребенку избыточных, лишних подарков, откупаясь за отсутствие.** За отсутствие откупайтесь присутствием: идите вместе куда хотите, подарите ребенку свое время, а не деньги. Способ откупаться подарками за то, что мы «не долюбили» ребенка – это предшественник товарно-денежных отношений в любви...
6. **Извиняйтесь.** Если не правы – извиняйтесь.

7. **При любой возможности позволяйте ребенку выбирать.** Из еды, из одежды, из возможных покупок в магазине. Так он получает представление о том, что он есть, у него есть мнение и это мнение учитывается. Должно учитываться. Кроме тех случаев, где ребенок не может делать выбор. Например – разводиться или не разводиться папе с мамой, или родить младшего братика или нет? Такие вопросы должны оставаться только в компетенции родителей. Для ребенка такой выбор является непосильным грузом и ставит его в родительскую позицию по отношению к собственным родителям.

8. **Принимайте всерьез отказ.** Если вы считаете, что ребенок имеет право сказать «нет» в конкретной ситуации – соглашайтесь. «Ты хочешь поехать на выходные к бабушке?» – «Нет». Значит, не везите его к бабушке. Или нечего было спрашивать.

9. **Не конкурируйте за любовь второго родителя.** Всячески поддерживайте в ребенке уважение к нему. Не спрашивайте «кого ты больше любишь» или «а почему ты хочешь идти в театр с папой, а не со мной» и так далее. Ребенок не должен чувствовать себя виноватым за то, что в данный момент предпочел кого-то из родителей. Иначе вы закладываете идею, что родителей можно сравнивать и назначать «лучшего» или «худшего». Каждый родитель в идеале должен быть незаменимой, эксклюзивной фигурой, ни с кем несравнимой и несравнимаемой.

10. **Хвалите детей!** Не бойтесь хвалить детей!

