

## **Как любить ребенка, но не избаловать.**

### **Что разрешать, а где запрещать.**

Очень много написано и сказано о том, что ребенка нужно принимать таким, какой он есть, любить его вопреки его недостаткам, ошибкам и невозможности быть идеальным. И тут встает вопрос, где та граница в родительском воспитании между вседозволенностью и дисциплиной. Что разрешено ребенку, а чего не следует делать родителям? Как любить, но не избаловать?

При взаимодействии с ребенком нужно помнить о нескольких основных принципах и уже исходя из них, принимать решение в каждой конкретной ситуации. Чтобы вы ни делали или не говорили, это так или иначе должно способствовать воспитанию и развитию у ребенка самостоятельности, ответственности, самодисциплины, самооценки, свободному принятию и открытому выражению эмоций, способности к взаимодействию, умению оценивать эффект от своих действий.

Чтобы усвоить самодисциплину, у ребенка должна быть свобода выбора, он точно должен знать последствия тех или иных своих решений, и при этом понимать, что ответственность за свои решения он будет нести сам. Необходимо позволить ему ошибаться, пока он маленький, и не спешить исправить его ошибки за него. Привыкнув с детства к мысли, что все ошибки устранимы родителями или кем-то еще, он, уже будучи взрослым, не сможет стать самостоятельным и нести ответственность за свои решения.

Но в любом случае у ребенка должна быть возможность эмоционально прочувствовать последствия своего решения; злиться, грустить, сомневаться без страха тем самым расстроить родителей или заслужить их наказание. Ребенку нужно дать разрешение быть самим собой, двигаться вперед, выражать свои эмоции, мысли, потребности и стремиться к их удовлетворению допустимыми способами.

Несколько приведенных далее примеров из жизни младших, средних и старших школьников помогут вам действовать сознательно, вместо того чтобы спонтанно реагировать на ситуацию. Не переходите к действиям лишь потому, что ребенок сделал глупость; поступайте исходя из своего желания научить его чему-то новому. Так вы построите новые отношения, и у вас наконец-то наступит взаимопонимание!

**Пример первый.** Ваш ребенок пришел домой расстроенный, потому что получил двойку.

Ваша первая реакция расстроиться и отругать - ребенка, за то что он плохо подготовился или учителя, за то что незаслуженно поставил эту оценку.

Как следует поступить? Ваша цель повысить его уверенность в себе и замотивировать лучше заниматься, а не искать виноватых. Надо дать понять ребенку, что ошибки устранимы и они чему-то учат. В данном случае двойка говорит о том, что нужно уделять больше внимания данному предмету, но в то же время она не свидетельствует о том, что ребенок глуп или неспособный. Ваша правильная реакция в таком случае: "У тебя двойка? Это только означает, что ты допустил ошибки. Благодаря этой контрольной работе ты сможешь выяснить, чего не знаешь. Хочешь, вместе посмотрим, что тебе нужно подучить?"

**Пример второй.** Ваш ребенок пришел домой радостный, потому что он получил пятерку или даже несколько пятерок!

Ваша первая реакция поздравить его, похвалить или, если это редкое явление, получение пятерок, сказать "Можешь ведь, когда захочешь!"

Как следует поступить? Идущая извне похвала не позволяет ребенку развить самооценку. Он может вырасти человеком, который будет зависим от положительной оценки других и неспособен самостоятельно оценивать результат своих действий. В данном случае надо сделать упор на положительные эмоции ребенка, дать ему самому прочувствовать радость от

успешного результата. Порадоваться за него вместе с ним, выразив это примерно следующими словами: "Я вижу, ты и правда доволен!" "Как же я люблю, когда ты такой счастливый!"

Если ребенок молчит и ничего не говорит о своих чувствах, задавайте прямые вопросы: "Что ты почувствовал?", "Что тебя больше всего порадовало?", "Чем ты больше всего гордишься?"

**Пример третий.** Ребенок глух к вашим просьбам прибраться в комнате или помочь вам по дому.

Допустим, ваша первая реакция в таком случае, требовать, упрекать, наказывать.

Как следует поступить, чтобы ваши просьбы были услышаны? Необходимо проявить сочувствие к потребностям и чувствам ребенка. Со всей серьезностью озвучьте их в спокойной форме, как вы их понимаете, уточните, правильно ли вы их поняли. Далее расскажите о своих потребностях и эмоциях в данной ситуации, при этом не противопоставляя их чувствам и эмоциям ребенка. Спросите ребенка, какое решение проблемы он видит, внесите свои предложения и выслушайте его варианты. Выберите одно из решений или компромиссный вариант, составьте план действий и предусмотрите критерии его выполнения. Предоставляйте ребенку выбор, когда и в каком порядке что он будет делать. Он должен чувствовать себя равноправным субъектом общения, а не подчиненным или поддающимся дрессировке животным. В таком случае у него будут основания с полной ответственностью подойти к выполнению своей части обязательств.

**Пример четвертый.** Вы недовольны тем, с кем и как общается ребенок, куда и когда он ходит, чем занимается.

Ваша первая реакция запрещать и настаивать на своем.

Что нужно сделать в такой ситуации? Рассказать ребенку о возможных последствиях его действий. Предложить альтернативу. Задавать направление,

показывать цель. По мере своих возможностей обосновать ее и внимательно выслушать объяснения ребенка, почему ему такой вариант нравится или не нравится. Заверить ребенка, что последствия проблемы, если она возникнет, он будет решать сам. Держать свое слово. Позволить ему самостоятельно нести ответственность за последствия своего решения. Помочь советом, но не вмешиваться, насколько это возможно, в "расхлебывание каши". Вполне возможно, что этого и не потребуется и ребенок лучше вас разбирается в ситуации. Необходимо заверить ребенка, что вы полностью доверяете его здравому смыслу и умению находить правильное решение. Подобное отношение будет развивать у ребенка ответственность и самодисциплину, которая ему понадобится, когда вас не будет рядом, на протяжении всей его жизни.

**Пример пятый.** Ваш ребенок приходит расстроенный, потому что его дразнят или не складываются отношения с одноклассниками, у него нет друзей.

Ваша первая реакция упрекать ребенка за то, что он не умеет общаться, дружить или идти разбираться с обидчиками, обвинять других в неподобающем поведении.

Как следует поступить? Первое, что требуется ребенку в такой ситуации - это сопереживание и мотивация в умении самостоятельно решить проблему. Не решение его проблем за него, не утешение, а понимание и искреннее, доброжелательное участие в его эмоциях, уверенность в его силах и способности самостоятельно найти правильное решение. Выражайте словами его эмоции - он расстроен, огорчен, обескуражен. "Еще бы, очень обидно, когда тебя высмеивают на глазах у друзей..." Спросите ребенка, что он сделал, чтобы завязать дружбу. Какие варианты решения проблемы он видит - учите его мыслить самостоятельно, не избегая решения задач, которые ставит жизнь.

**Пример шестой.** Ребенок чем-то расстроен, но упорно не желает рассказывать в чем проблема.

Ваша первая реакция - волноваться за него, замыкаться в себе, злоупотреблять своей родительской властью, винить себя или ребенка.

Как следует поступить? Начинайте восстанавливать взаимопонимание с физического контакта - обнимите ребенка, возьмите его за руку. Физические прикосновения успокаивают, ободряют, восстанавливают внутреннее чувство безопасности, а значит мотивируют найти правильное решение проблемы. Пользуйтесь любой возможностью для установления физического контакта - дотрагивайтесь до него, положите свою руку на его руку или прижмитесь к нему плечом. При этом не следует класть руку ему на плечо ли голову - это подчеркивает ваше превосходство и не способствует общению на доверительной основе.

О других примерах из жизни и как правильно реагировать, так чтобы ребенок вас слушался, вы можете прочитать в книге *«Общаться с ребенком. Как?»* Гиппенрейтер Ю.Б.

И помните одно простое правило - ребенку не нужно решение его проблем, или указание как поступать, а нужно доброжелательное участие в его переживаниях, понимание, эмоциональное соучастие, уверенность в разумности его действий и умении решать жизненные задачи самостоятельно.