

## ХОРОШИЕ РОДИТЕЛИ МОГУТ ГОВОРИТЬ ДЕТЯМ «НЕТ»



*Быть родителем — одна из сложнейших наук, хотя никто не требует сдавать экзамен прежде, чем родить ребенка. Да это и не нужно, ведь вся жизнь родителей — это один бесконечный экзамен и испытание. При этом, никто и никогда не поставит нам отличную оценку и не убедит в том, что наши старания были не напрасными. Единственной наградой становится счастливый самостоятельный ребенок.*

Выбирая стратегию воспитания, мы полагаемся на свою интуицию и представления о том, что нужно нашим детям. Но помимо внутренних убеждений и чувств на наш выбор влияет окружение — общественное мнение, полученные знания, то, что мы слышим от близких нам людей. А еще — то, чего хотят и просят сами дети. И это часто сбивает нас с толку.

Любые запреты и ограничения вызывают у детей негативные эмоции: «А Иру не заставляют мыть полы», «Я единственный из класса занимаюсь математикой на каникулах». Эти эмоции могут заставлять их произносить неприятные для нас слова: «Ты плохая мама», «Я тебя не люблю».

Да и сравнение себя с другими родителями — менее строгими и более разрешающими — могут оказаться не в вашу пользу. Со стороны кажется, что в другой семье более близкие отношения и больше взаимопонимания, ведь дети довольны решениями родителей, они довольны и улыбаются.

Сомневаться — это в целом неплохо, ведь сомнения заставляют нас обдумывать свои решения, рефлексировать и иногда менять свое мнение. Однако важно помнить, что решения о воспитании ребенка вы принимали не просто так. И наверняка выбирали для него самое лучшее. И порой нужно куда больше силы воли и решительности, чтобы запретить ребенку что-либо, чем разрешить.

Хорошие родители — это не те, кто удовлетворяет каждый каприз ребенка, ничего от него не требует, перекладывает ответственность за выбор.



## Хорошие родители могут и должны:

- Устанавливать четкие границы;
- Ожидать от ребенка соблюдения правил;
- Говорить ребенку «нет»;
- Ограничивать экранное время;
- Требовать, чтобы ребенок помогал по дому;
- Позволять ребенку столкнуться с последствиями своих действий.

Ученые давно изучают разные стили воспитания и их влияние на ребенка. И уже ни для кого не секрет, что полное отсутствие границ так же плохо, как и слишком много давления. Чрезмерная забота так же вредна, как и ее отсутствие.

Ребенку нужны понятные и четкие правила, которые дают ему ощущение безопасности. Ведь ему не приходится принимать решения, которые ему не по силам, для этого есть ответственные взрослые.

Ребенку нужна определенная свобода, чтобы рисковать, ошибаться и самому принимать решения, а затем сталкиваться с их последствиями. Это развивает самодостаточность, самостоятельность и уверенность в себе, а затем и высокую самооценку у ребенка, который знает, что многое может сам.

Ребенку нужны навыки общения, ведь в жизни ему придется иметь дело не только с любимыми родителями. Поэтому, когда вы требуете от него вежливости, хороших манер и дисциплины, вы помогаете ему, даже если пока в ответ получаете лишь недовольное выражение лица.

Быть хорошим родителем нелегко, часто это предполагает контейнировать негативные эмоции и сталкиваться с негативной реакцией на свои решения. Испытывать сомнения в таких ситуациях нормально.

Однако будьте уверены, что если вы принимаете решения из чувства любви к ребенку, то они для него самые лучшие. Ваша доброта и твердость станут опорами для его развития.