\* 7 навыков родителей самостоятельных детей \*

Мой подход в воспитании детей изменился благодаря одному откровению. Моя клиентка на консультации вспоминала свое детство: "Каждый раз, когда мы спрашивали у отца значение какого-либо слова, он брал словарь и предлагал узнать его вместе". Помните Библейскую притчу? «Дай человеку рыбу, и он будет сыт один день, научи его ловить рыбу, и он будет сыт всегда». Воспитывайте детей так, чтобы они могли справиться со своей проблемой без посторонней помощи.

*1. Родители самостоятельных детей стоят позади них, чтобы решать проблему вместе, а не вместо ребенка.*
*2. Родители самостоятельных детей задают вопросы не реже, чем предлагают готовые ответы.*

Задавая вопросы по существу проблемы, вы приучаете ребенка искать решения, вместо того, чтобы расстраиваться и ждать помощи извне. Какие же вопросы можно использовать в своей семье:

*Как ты думаешь, что сейчас не так, как хотелось бы?
Что мы можем сделать, чтобы изменить ситуацию?
Можем ли мы усовершенствовать твою идею?
Как ты думаешь, почему этот человек поступил так?
Это было проявлением любви? Может, быть это было безрассудством?
Что ты чувствовал после принятого решения? Что ты можешь изменить в похожей ситуации в будущем?*

Ответы, которые человек самостоятельно находит в глубине своих чувств, всегда мудрее, чем шаблонные стандарты, навязанные другими людьми.

*3. Родители самостоятельных детей превращают критические замечания в развлечение.*

Вместо того, чтобы читать нотации и запрещать что-либо, гораздо эффективнее поразмышлять с ребенком на тему добра и зла, читая вместе книгу или разыгрывая ситуацию с помощью любимых игрушек. Часто это выглядит так, будто вы предлагаете ребенку разработать морально-этическую стратегию, отделив конфликтную ситуацию от личности ребенка при помощи выдуманного сюжета.

*4. Родители самостоятельных детей позволяют им учиться на своих ошибках, несмотря на то, что это неприятно.*

Когда-то в детстве у меня были сложности во взаимоотношениях с учительницей немецкого языка. Родители с сочувствием выслушивали мои обиды, каждый раз уговаривая продолжать учебу. К концу года я не только знала немецкий так, как не смогла бы выучить в другом месте, но приобрела еще более важные знания в области межличностных отношений.

*5. Родители самостоятельных детей не ограждают их от наказания, которое естественным образом последовало за неразумными действиями.* Каждый должен учиться исправлять результаты своих ошибок.

*6. Родители самостоятельных детей терпеливо воспринимают их неудачи.*
Для того, чтобы ребенок научился находить свои собственные, нестандартные решения, важно оградить его от оценочных суждений. Разве можно создать что-то новое, ни разу не ошибившись? Ребёнок должен понимать, что ошибаться – это нормально. Родителям для этого нужно переориентировать свое внимание с ошибок и недостатков на возможности поиска новых, более эффективных решений.

*7. Родители самостоятельных детей постепенно отстраняются от участия в проблеме, позволяя ребенку брать на себя все большую ответственность.*
Дети способны не только найти подходящий маршрут, выбрать себе меню или гардероб, они могут оказаться хорошими советчиками в решении наших взрослых проблем. Когда мы что-нибудь доверяем им, они учатся доверять самим себе. Чувство ответственности, умение сотрудничать и лидерские качества формируются в детстве. Несмотря на то, что нам самим их порой не хватает, мы можем помочь в этом развитии своему ребенку.

 \* Альтернатива слову «НЕТ» \*
Очень часто родителям приходится пресекать желания ребенка. Тем не менее, многие дети воспринимают резкое «нет» как призыв к оружию, как прямое нападение на свою самостоятельность. Они мобилизуют всю свою энергию, чтобы нанести ответный удар. Они кричат, устраивают истерики, обзываются и замыкаются в себе. Они обрушиваются на родителей с фразами типа «Почему нет?», «Ты подлая», «Я тебя ненавижу!»

Это может утомить даже самых терпеливых родителей. Так что же нам делать? Сдаться? Говорить «да» на все? Конечно, нет. Тогда вы положите начало тирании плохо воспитанного ребенка. К счастью, есть полезные альтернативы, которые позволяют родителям быть твердыми и при этом не вступать в конфронтацию.

1. ПРЕДОСТАВЬТЕ ИНФОРМАЦИЮ (исключите «нет»)
Ребенок: «Могу я сходить к Ване поиграть?»
Вместо «Нет, не можешь» предоставьте информацию: «Через пять минут будем обедать». Получив такую информацию, ребенок может сказать себе: «Скорее всего я не могу пойти сейчас».
2. ПРИЗНАЙТЕ ЧУВСТВА
Ребенок (в зоопарке): «Я не хочу сейчас идти домой. Может, мы останемся?»
Вместо «Нет, нам надо идти сейчас!» признайте его чувства:
«Я вижу, если бы это зависело от тебя, ты бы остался здесь очень надолго. Но, к сожалению, скоро совсем стемнеет».
(Беря его за руку, чтобы идти.): «Сложно покидать место, которое тебе так нравится».
Иногда сопротивление уменьшается, когда кто-то понимает твои чувства.

3. ОПИШИТЕ ПРОБЛЕМУ
Ребенок: «Мам, можешь меня отвезти сейчас в библиотеку?»
Вместо «Нет, не могу. Тебе придется подождать» опишите проблему: «Я бы хотела тебя выручить. Проблема в том, что через полчаса придет электрик».

4. СИТУАЦИИ, ГДЕ ВОЗМОЖНО ЗАМЕНИТЬ «НЕТ» на «ДА».
Ребенок: «Мы пойдем на площадку?»
Вместо «Нет, ты не доела свой завтрак» воспользуйтесь словом «да»: «Да, конечно. Сразу после завтрака».

5. ДАЙТЕ СЕБЕ ПОДУМАТЬ
Ребенок: «Могу я поехать в гости к Кате?»
Вместо «Нет, ты еще не закончила уборку» дайте себе шанс подумать: «Дай подумать». Это маленькое предложение достигает двух целей: снимает напряжение ребенка (по крайней мере, он знает, что его просьбу серьезно рассмотрят) и дает родителю время подумать над своими чувствами.

Остерегайтесь слишком часто говорить «нет». Конечно, слово «нет» короче, а некоторые из предложенных вариантов кажутся намного длиннее. Но если вы посмотрите на обычную ссору после «нет», вы поймете, что длинный путь — это часто самый короткий путь.