



10 правил для батьків, які завжди на стороні своєї дитини

1. Не ображайтеся на дитину. Завжди залишайтеся в позиції дорослого і пам'ятайте, хто з вас у відповіді за ваші відносини. Відповідальність за відносини завжди за старшим.

2. Не ігноруйте дитину. Немає страшнішого покарання для неї, ніж ігнорування. Її начебто не існує. Це дуже страшно - не існувати. Так дитина не задумується про те, що вона робить не так. Ні. Вона взагалі в цій ситуації не здатна думати. Їй страшно. Багато дорослих людей, згадуючи ситуації зі свого дитинства, коли мама карала їх ігноруванням, говорять про те, що сприймали це як досить травмуючий досвід і описують свої почуття в той момент приблизно як «світ руйнується». Буває так, що відносини через це руйнуються і довіру повернути складно. Ігнор - це один з видів психологічного насильства.

3. Не знецінюйте почуття дитини. «Ну що ти плачеш через дурниці!». Це не дурниця. Була б дурниця, не плакала б. Допомогайте проживати почуття. Проговорюйте їх. «Ти засмучена, що зламалася іграшка. Тобі сумно і прикро. Давай обійму».

4. Завжди першим миріться з дитиною. Коли ви гніваєтесь, а вона починає базікати якусь дурницю - це її крок до вас назустріч. Не відштовхуйте свого малюка.

Вибачайтеся, якщо винні. Якщо накричали «за справу» - вибачайтеся. Крик - це не метод виховання. Крик - це слабкість дорослого.

5. Завжди, що б не трапилося, дайте зрозуміти, що ваші стосунки в порядку. Так, вона напугувала, так, ви розсердилися, але ввечері перед сном ви все одно прочитаєте їй казку. Скажіть їй про це.

6. Не соромте дитину. Не дратуйте і не передражнюйте її. Не смійтеся над її страхами. Не обзивайте і не навішуйте ярлики. Не намагайтеся підкупити дитину, не шантажуйте її.

7. Домовляйтеся. Мотивуйте. Пояснюйте знову і знову. Зацікавте її. Захищайте свою дитину - від перехожих на вулиці, від чужих батьків на майданчику. «Спасибі, у нас все в порядку», «Ні, я нікому не дам забрати мого малюка».

8. Задавайте дитині питання. Не тільки тоді, коли вам потрібно видати їй вказівки, а просто так. Вона вже хвилин 20 сидить і захоплено грає? Підсядьте до неї, задайте кілька запитань, вона з радістю розповість, що у неї там відбувається.

9. Посміхайтесь дитині. Дивіться їй в очі і посміхайтесь. Покажіть їй, що ви дуже раді тому, що вона є у вашому житті.

10. Говоріть дитині про свою любов. Часто. Дуже часто. Дитина сама дасть зрозуміти, коли досить. Любіть її. Вона найдорожче, що у вас є.