

Добрый день!

В очередной раз попалась интересная и актуальная статья психолога Катерины Мурашовой. Мне она показалась чем-то вроде «10 заповедей» для родителей. Статья называется «7 вещей, которые на самом деле нужны детям». Проанализируйте ее и сравните со своими отношениями с ребенком. Возможно, у вас появился повод попасть на консультацию к психологу.

Уверенные взрослые

Вы все время спрашиваете ребенка, где он хочет спать, что хочет есть или сами пытаетесь догадаться, что ему лучше. Получается, что взрослые следуют за ребенком, а не наоборот. Часто бывает, что ребенок «ведет» за собой сразу четверых взрослых – маму, папу, бабушку и дедушку. Ребенку это невыносимо тяжело. Это стопроцентная гарантия неврозов. Его ресурсы быстро истощаются, он начинает капризничать на ровном месте, становится агрессивным, плохо спит, плохо ест.

Счастливые родители

Единственное, что нужно ребенку, чтобы он вырос в гармонии, – это чтобы в поле его зрения был хотя бы один человек «на своем месте». Такой человек нашел себя и считает, что мир в целом прекрасен. Ребенок видит это и растет спокойным. Если самые главные люди в его жизни находятся в мире на своем месте – значит и он найдет себе место, когда вырастет. Если вы работаете в банке и любите свою работу – приведите туда ребенка. Банк – это очень интересно!

Разумные запреты

Мне часто говорят мамы: «Ну вот, я держалась, держалась, он час орал, два, и я не выдержала и дала». Вот тут у меня не сходится с логикой. Если в конце концов эта вещь оказалась у ребенка, значит она не была опасной для жизни? Значит ее вообще-то можно было дать? Тогда зачем было ребенку нервы трепать, почему было не дать сразу?

То есть правило такое – если хоть столечко можно – дайте. Если вы в себе не уверены – не надо запрещать. Ну уж если вы сказали «нет», то это должно быть «нет».

Здоровые эмоции окружающих

Раздражение - это нормально. Отрицательные эмоции - это так же естественно, как и положительные. Мы показываем ребенку весь мир, а не только его часть. Ребенку не нужна вечно улыбающаяся крокодильской улыбкой мама. Если вы пришли с работы на взводе, скажите ребенку: «Я сейчас злая, как собака, ко мне лучше не подходить. Подожди, я сейчас схожу в ванну, выпью кофе и будет лучше». И ребенок получает один из важнейших уроков – умение различать, в каком люди состоянии. А когда все слишком толерантны и политкорректны, ребенок не понимает, какую реакцию на самом деле вызывают у окружающих его слова и поступки. Мы не учим этому детей, а это не менее важно, чем английский и большой теннис.

Мир в семье

Мы не можем изменить другого, но каждый из нас может изменить себя, и тогда поведение людей вокруг нас тоже изменится. И если вы считаете, что поведение второго супруга как-то влияет на поведение ваших детей, да вам и самому это не нравится – то единственное, что вы можете, это начать менять свое поведение. Поскольку семья – это система, то что-то начнет меняться.

Умение родителей анализировать отношения

Знаете, если ребенок начал писаться в кровать (если только он не простудился) – скорее всего, это не мама с папой ругаются. Скорее всего, это к нему предъявляют какие-то требования, которым он не может соответствовать. Если у ребенка начались какие-то неврологические проявления, то в первую очередь я бы стала анализировать отношения родителей с ребенком, а не между собой. А уже потом, если здесь ничего нет, можно посмотреть, не является ли ребенок носителем симптома семейной дисгармонии.

Здоровые границы

Если подростку не обозначить рамки, в которых он должен с вами общаться, он будет тестировать границы – «докуда я могу тебя сделать». Пока подросток живет с родителями, родители оставляют за собой право оглашения правил. Например: «В нашем доме не ругаются матом».

Хамство терпеть нельзя. Родители должны сообщить подростку, на каких условиях состоится коммуникация. «Когда будешь готов к общению на моих условиях – приходи».

<https://chips-journal.ru/reviews/katerina-murasova-7-vesej-kotorye-nuzny-detam>