



## «Как вырастить ребенка и не сойти с ума или 10 золотых правил воспитания детей»

Подготовила педагог-психолог Петрова Т.С.

Речь пойдёт о 10 правилах Найджела Латта — практикующего психолога из Новой Зеландии, отца двух сыновей и автора книги «Прежде чем ваш ребенок сведёт вас с ума». Его можно назвать специалистом по безнадежным случаям. Ведь свою карьеру Найджел посвятил именно трудным детям и подросткам. При этом психолог уверяет, что принципы воспитания для всех детей одинаковы. Мы вкратце расскажем об этих основных правилах. Найджел Латта отвечает на вопрос: как вырастить ребенка и не сойти с ума?

### **Не пытайтесь победить хаос**

Бесполезно отрицать хаос и также бесполезно с ним бороться. Смиритесь с беспорядком. С рождением малыша в вашей семье будет царить хаос и неразбериха. То же самое произойдет с планированием и распорядком дня. Привыкайте к тому, что планы часто будут нарушаться. Примите это как данность.

*«С рождением детей в вашу жизнь проникают силы хаоса. При этом полагаться на какой-то график в своих делах — это всё равно, что прокладывать путь через ураган. Когда подует сильный ветер, тут уже не до маршрутов. Это нужно понимать и смиряться с неизбежным. Если вы не смиритесь, то станете сражаться с хаосом. Вы будете сетовать на свои неудачи, винить в них себя и окружающих, пытаться исправить неизбежное, разочаровываться. Относитесь к нему со спокойствием истинного дзен-буддиста».*

### **Не зацикливайтесь на плохом поведении**

Вместо постоянных упрёков, обратите внимание на хорошее. Хвалите своего ребёнка и объясняйте ему, за что именно вы его поощрили. Этот способ действует эффективнее, чем замечания и недовольства.

*«Если подпитывать что-то, оно будет расти. Если не подпитывать, то оно будет постепенно угасать. Это простой принцип, но большинство из тех, кто испытывает проблемы при общении со своими детьми, упускают его из виду либо никогда не задумывались о том, как и какое поведение они поощряют на самом деле».*

## **Никогда не отказывайте ребёнку во внимании**

Ребёнок по-настоящему жаждет внимания взрослого. Ему важно знать, что вы действительно слушаете и смотрите на него, а не витаете где-то в облаках, продумывая свои взрослые дела. Показывайте вашу заинтересованность и проводите с ребёнком время качественно. Отвлечитесь от телефона и поговорите с сыном или дочерью по душам

*«Как настоящие пираньи, способные съесть корову за несколько минут, дети набрасываются на любое внимание, которого им никогда не бывает много. Они готовы на всё, чтобы только их заметили, даже если это вредит не только окружающим, но и им самим. <...> Для пираний главная цель в жизни — это пожираться всё, что попадает на пути. Для детей главная цель в жизни — постоянно обращать на себя внимание окружающих, чего бы это им ни стоило»*

## **Создавайте ребёнку границы**

Детям необходимы границы, иначе они просто не понимают, как жить в нашем большом мире. Чётко очерчивайте рамки, за которые выходить нельзя. Тогда ребёнок не будет вас раздражать и не вводить в ступор окружающих людей.

*«В природе детей — двигаться вперед, пока они не наткнутся на какое-то препятствие. Некоторым детям достаточно просто знать, что препятствие существует, другим требуется несколько раз упереться в него со всего размаха, но границы необходимы всем. Мир без границ — для маленького человека очень опасное и пугающее место».*

## **Будьте последовательными**

Возможно, у вас не всегда будет получаться действовать логично и правильно. Поэтому, принимая то или иное решение относительно его жизни, просто постарайтесь держать себя в руках.

*«Для меня последовательность означает, что я последовательно избегаю желания выбросить детей в окно, и это при относительно хорошем настроении. Всё остальное относительно. Всё, даже последовательность — в особенности последовательность».*

## **Относитесь к капризам серьёзно**

Обращайте внимание на поведение и капризы ребёнка. Иногда малыш не может выразить словами свои желания, поэтому начинает капризничать. Приглядитесь к нему и попробуйте понять, что вызвало его поведение. Иногда причины могут быть серьёзными.

*«Поведение — это просто форма общения. Вылезти ночью из окна и сбежать из дому — это своего рода высказывание. Дети гораздо охотнее выражают свои мысли и чувства поведением, чем словами. Главная причина состоит в том, что слов у них ещё немного. У них много чувств, но они ещё не умеют подбирать нужные слова и выражения для выражения этих чувств».*

## **Разрешите ребёнку спорить с вами**

Спорить и отстаивать своё мнение — это нормально. Научите ребёнка на своём примере вести конструктивный диалог и дискуссию. Тогда у вас не вырастет типичный спорщик с пеной у рта.

*«При этом вовсе не нужно быть диктатором, который подавляет малейшие признаки несогласия. Не соглашаться и спорить — это естественно. Проявлять неуважение — это другое дело.*

*Споры доказывают, что вы выполняете свою работу как родители. Они свидетельствуют о том, что дети растут и что у них появляется собственное мнение обо всём».*

### **Действуйте осмысленно**

Постарайтесь спланировать наперёд, как вы будете воспитывать своего ребёнка. Какие действия и решения могут от вас потребоваться в будущем. На что вы гипотетически готовы пойти, а с чем совершенно не согласны.

*«Единственное, что случается неожиданно, — это неожиданности. Вряд ли вы захотите в воспитании детей полагаться на волю случая. Я видел, как родители полагались на волю случая, — вам этого лучше не повторять. Гораздо лучше подходить к воспитанию целенаправленно, имея определённый план действий».*

### **Научитесь слушать ребёнка**

Крайне важное и незаменимое правило. Выстраивайте доверительные отношения с ребёнком. Старайтесь вести открытые диалоги на любую тему и всегда слушайте его. Ваш ребёнок не меньше других нуждается в уважении и полноценном общении наравне с окружающими его взрослыми.

*«Общение, или его недостаток, лежит в основе большинства внутрисемейных конфликтов. У себя в кабинете я видел много людей, которые кричали друг на друга часами, и вместе с тем никто из них даже не попытался прислушаться к чему-то помимо собственного голоса. Если вы не способны как следует общаться со своими детьми, то вы просто напрашиваетесь на неприятности в семье».*  
Обзор на книгу Найджела Латты

### **Создаём атмосферу игры**

Дети чувствуют напряжение между родителями и другими членами семьи. Постарайтесь создать дома непринуждённую дружескую атмосферу. Где каждый интересен друг другу и не вызывает дискомфорта. Обменивайтесь новостями, общайтесь в шутливой форме и будьте одной командой.

*«О симпатии, как и об общей тональности отношений между членами семьи, можно судить по присутствующему в доме духу шутливости и игры. Непринуждённость и игривость — это своего рода смазка семейной жизни, без которой её колеса и шестерёнки будут вращаться с трудом. Когда я вижу, что между членами семьи строгие, напряжённые отношения, то я тут же начинаю беспокоиться».*

О воспитании можно говорить бесконечно, у каждого своя точка зрения на этот счет, но главное помнить одно — ребенка не нужно держать в страхе. Дружба, любовь, доверие и совместное времяпрепровождение — лучшее, что могут подарить родители своим детям. Постарайтесь быть ребёнку не только наставником и ответственным родителем, но и чутким другом.

Консультация подготовлена с помощью интернет-ресурсов.