**ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ С РЕБЕНКОМ?**
**А. Кричать**
Крик — это не приступ ярости и не желание нанести вред малышу, а сигнал беспомощности. Именно так его и читают дети: орущих родителей они воспринимают как неуверенных в себе, нестабильных, от чего им становится страшно.

Крик просто противопоказан в воспитании: дело в том, что он выстраивает в ребенке демонстративный характер. Когда мама начинает орать, ребенок привыкает плакать, бить ногами по полу, топать ножкой и накручивать ее еще сильней. Это происходит потому, что ребенок привыкает к эмоциональным реакциям и сам ими пользуется.

Легко сказать, подумаете вы. Ведь дети иногда просто сводят с ума тем, что подвергают себя реальной опасности. Неужели его стоит погладить по головке, если он тянется к горячей сковороде?

***Вместо крика:***
1. Договаривайтесь с ребенком. Если его вечные отказы (погулять, поесть, пойти в детский сад) заставляют вас истерить, сделайте ему предложение, от которого он не сможет отказаться. Например: либо он собирается на прогулку, либо мама с ним никуда не идет (пока малыш бегает с одним зашнурованным ботинком, просто вернитесь к своим делам — у вас же договор).

2. Уходите из комнаты. Подавляющее большинство детских истерик имеют абсолютно демонстративный характер. Так ребенок пытается вызвать у мамы эмоции (и, между прочим, не со зла, а потому что либо недобирает их, либо перебирает). Дайте маленькому артисту успокоиться: пусть усвоит, что провокация — это слабый аргумент.

3. Успокойте его. Допустим, он снова доводит вас до мелкого припадка, ложась поперек коридора и ударяя кулаками по полу. А вы сами успокойтесь, возьмите журнал или книгу и читайте, пока ребенок не прекратит истерику. Чем чаще вы будете это повторять, тем быстрее малыш научится держать свои эмоции под контролем.

**Б. Бить**Разумеется, прочитав этот пункт, большинство родителей скажут: «Да мы пальцем его не трогали!» А теперь вспомните все эти мелкие шлепки по тянувшейся к розетке ручке, слабые пощечины, которые должны «привести его в чувство», и прочую физическую «мелочевку», которая не доставляет ему реальной боли, но пугает и унижает.

Бить ни в коем разе детей нельзя, и сила удара здесь роли не играет. А мы делаем это снова от беспомощности: не в силах сдержать своих страхов, мы допускаем такие промахи.

***Вместо шлепков:***
1. Не создавайте априори ситуаций, когда ребенок дома находится в опасности. Пока он маленький, все розетки, электропровода и тяжелые вещи, которые ребенок может на себя опрокинуть, должны быть спрятаны и закрыты. Если он к ним потянулся — это уже ваша вина: ребенок всего лишь познает мир, а не пытается вас разозлить.

2. Научитесь сами себя успокаивать. Считайте до десяти, уходите в другую комнату, разрывайте лист бумаги… Но не срывайте гнев на ребенке.

3. Объясняйте ребенку принцип работы электрочайника, дайте поиграть с выключенным утюгом — пусть изучит его досконально. Найдите время, чтобы открыть для ребенка мир и объяснить, какие в нем таятся опасности.

**В. Пить, курить и выражаться нецензурно в его присутствии**А это уже политика двойных стандартов. Папина баночка пива, мамина сигаретка, случайно оброненный некорректный оборот в разговоре с подругой по телефону… И ребенок уже начинает воспринимать классические родительские запреты как унижение собственного достоинства (ага, папе с мамой можно, а мне нельзя, потому что я хуже?).

Ребенок, что уж там говорить, — это большая ответственность. В связи с его появлением образ жизни меняется кардинально, и это касается едва заметных мелочей. Любая вещь, которую вы запрещаете ребенку с текстом «это для взрослых», — делает эту вещь желанной автоматически и не воспитывает в ребенке адекватное отношение к тому, что может навредить его здоровью.

***Вместо двойных стандартов:***1. У вас есть своя няня, бабушки-дедушки, кружки… Пить, курить и материться можно и вне присутствия ребенка. Но лучше уж окончательно завязать с дурными привычками, чтобы случайно о них не вспомнить в самый неподходящий момент.

2. Давать ребенку информацию. Можно вместе посмотреть научно-документальный фильм о вреде табака, изучить воздействие алкоголя на организм человека и создать в голове ребенка не запугивающую, а верную, медицински грамотную картину.

***Вместо требований:***
1. Принимайте ребенка таким, какой он есть. Пусть он плохо рисует и не умеет кататься на велосипеде, зато у него масса других талантов!

2. Позвольте ребенку иметь возможность всегда обратиться к вам за помощью, но никогда ее не навязывайте. Это не значит, что он должен часами торчать в Интернете вместо игры — опасные для здоровья вещи тоже надо запрещать. Но он вполне может почитать или поиграть с друзьями, вместо изучения программы 1 класса. Это его жизнь.

4. Помните, что в нашей стране нездоровое отношение к детской успеваемости. В Европе и Америке на родительских собраниях разговаривают в первую очередь о психологии ребенка и его личных качествах, только к концу переходя к отметкам. Мы, к сожалению, не можем перестроить моментально всю российскую систему образования, но зато можем брать хороший пример у Запада, и помочь ребенку внутри семьи.

Эти простые правила легко запомнить, но бывает сложно реализовать. Помните, что если очень уж сложно не переходить какие-то грани, всегда можно обратиться за помощью к семейному психологу, врачу или психоаналитику. А вообще проще простого любить ребенка, и все.

Любовь – это способность сделать так, чтобы он был счастливым.

