

Вещи, из-за которых не стоит «воевать» с детьми

Быть родителем порой нелегко, но и быть ребенком — тоже непросто. Зачастую дети чувствуют, что совершенно не контролируют свою жизнь, потому что родители не оставляют им возможности решать и выбирать, каждый аспект их жизни находится в руках мамы и папы. Родители решают, во что дети будут одеты, в какие кружки они будут ходить, что будут есть, где отдыхать и так далее. Представьте себя на их месте — вы все время под колпаком, вам не дают принять решение ни по одному вопросу, вы одновременно ощущаете беспомощность и ярость...

Если ребенок начинает бунтовать, то это даже хорошо — значит, он растет и его свободолюбивая личность развивается. Чтобы избежать никому не нужных конфликтов с ребенком, дайте ему выиграть в этой войне. Пусть будут сферы, в которых он будет полновластным хозяином, будет сам принимать решения и сталкиваться с их последствиями. Например:

1. Прическа, длина, цвет волос — это прекрасный способ самовыражения. Разрешите ребенку самому принимать решения по поводу своих волос, пусть даже эти решения вызывают у вас, мягко говоря, смешанные чувства. В конце концов, эксперименты со своим внешним видом — отличный способ вплотную столкнуться с последствиями своего выбора и кое-что узнать о самом себе. К примеру, длинные, невымытые волосы на голове мальчика-подростка могут затруднить ему поиск первой работы. А ярко-синие локоны на голове девочки помладше могут сделать ее королевой класса.

2. Одежда. Как и в случае прически, стиль одежды — это способ самовыражения. Битвы из-за одежды могут начаться на удивление рано, когда ребенку всего два-три года. Еще вчера он или она безропотно носили все, что на них надевала мама, и вдруг, без предупреждения, ситуация кардинально изменилась. Ребенок больше не желает надевать эти носочки, эту футболочку, это платьице и т. д. — он хочет все выбирать сам. Выбор обычно бывает ужасен, но все же стоит ему позволить его сделать. Так ребенок проявляет свою самостоятельность и независимость, а это необходимо всячески поддерживать. Конечно, когда ребенок еще маленький, повоевать все же придется, потому что было бы странно отправляться зимой гулять в модном «прикиде», состоящем из сарафана и сандаликов. Но ребенок подрастет и постепенно научится одеваться так, как ему нравится, соблюдая при этом необходимый дресс-код. Вам его выбор может казаться странным, но если ребенку так комфортно, то и ладно.

3. Еда. Очень часто конфликты между детьми и родителями возникают на почве еды. Ребенок отказывается есть какой-то определенный вид пищи и если обнаруживает его в составе любовно приготовленного вами блюда, то и оно съедено не будет. А это, конечно же, очень обидно. Если вы не хотите, чтобы у ребенка возникли расстройства пищевого поведения, то не нужно давить, заставлять ребенка есть то, что он не хочет. Не говоря уже о том, что принуждение, с которым ребенок будет сталкиваться во время каждого обеда или ужина, совершенно разрушит ваши отношения. Гораздо лучше предоставить ребенку выбор — готовить то, что он точно будет есть, но в то же время выставлять на стол и ту пищу, которая вызывает у него отторжение, чтобы он мог, если захочет, попробовать что-то новое. Так ваши обеды и ужины из поля боя превратятся в мирное и приятное времяпровождение.

4. Сон. Многие дети плохо засыпают, и родителям приходится часами укладывать их спать. Если ребенок просит вас полежать с ним, пока он не заснет, проявлять жесткость ни в коем случае не нужно, непременно ложитесь и обнимите своего малыша (хотя он, может быть, уже совсем не малышом). Это очень полезная практика и для ребенка, и для вас самих — она снимает стресс и делает вас обоих гораздо счастливее. Кроме того, не стоит забывать, что все это скоро закончится — ребенок вырастет и больше никогда не будет просить вас полежать с ним в обнимку.

5. Друзья. Вам могут далеко не всегда нравиться те дети, которых ваш отпрыск выбрал себе в друзья. Но что поделать, потерпите. Дружба — очень важный жизненный урок, и если вы начнете вмешиваться, то ребенок этот урок не выучит, не узнает на собственном опыте, что значит хорошие друзья и не очень. Поэтому лучше просто дать понять ребенку, что вы рядом и, если что, он всегда может обратиться за помощью и поддержкой.

Подарите ребенку чувство хотя бы частичного контроля над своей жизнью, и пусть в вашей семье царит мир и взаимопонимание!