

Детето има право на всякакви чувства, но не и на всякакво поведение

Робин Берман - авторка на книгата "Hate me now, thank me later" (how to raise your child with love and limits), има много добри идеи за възпитанието. Ето 10 от тях

1. Не си струва да се опитваме да сме приятели с детето

"Ние сме поколение на угаждащи родители, намиращи се във властта на собствените си деца." Робин твърди, че за детето е важно да вижда в лицето на родителя не приятел, а авторитет, лидер, наставник, който може да подкрепи и да помогне. Освен това може и да наложи твърда забрана, да не върви "по гайдата" на капризите му, но едновременно с това да уважава чувствата и потребностите на малкото.

2. Твърдо "не"

Детето се нуждае от отчетливи граници, които ще регулират неговото поведение. Важен момент: *"Детето има право на всякакви чувства, но не и на всякакво поведение"*. Задачата на родителя е да учи и да вдъхновява, но не и да засрамва и да наказва. Родителското "не" трябва да бъде закон, тоест, да носи смисъла на еднозначно "не", а не да звучи размито и неясно като "може би".

3. Позволете на детето да придобива опит

Полезно е няколко пъти да паднеш, да разбиеш коляното, да загубиш, да счупиш, за да се научиш самостоятелно да преживяваш негативните емоции и разочарованието. Ако се отнасяш с детето като с ваза от бохемско стъкло, то такава и ще порасне - крехко, неприспособено към реалния живот.

4. Хвалете с мярка

Бъдете искрени в похвалата си. Хвалете само за истинските заслуги и старания. Всичко трябва да е с мярка. Деца, които като малки са били хвалени за всякаква дреболия, лесно вдигат ръце пред трудностите, не възприемат критика и са зависими от чуждото мнение.

5. Пораснете сами

Нищо не разрушава детската психика толкова, колкото емоционалната незрялост на родителите. *"Станете такъв родител, за който цял живот сте мечтали - първо, за самия себе си, а после и за децата"* - съветва Берман.

6. Внимавайте с речника си

През първите години на живота детето не прави разлика между реалността и измислицата. Затова всичките ви думи се възприемат като истина. Ако наричате детето непослушно, непоносимо, мързеливо и т.п., има голяма вероятност то да ви повярва и... да бъде именно такава. *“Тези думи ще бъдат вградени в личността му по-рано от появата на способността му да различи, дали това е истина или лъжа”*, пише Робин Берман

7. Позволете на детето да бъде дете

Не го карайте да бърза да пораства. Не го претоварвайте със занятията и кръжоците. Децата нямат време да скучаят - там се крие проблемът. *“Скуката е източник на възможности. Как децата ще се научат на саморефлексия, ако нямат никакво време за поне малко усамотение?”* Освен това, нито един кръжок не може да замени топлината на детско-родителското общуване!

8. Семейните традиции

Семейните вечери, съвместното гледане на филми, приготвянето на храна, пътуванията... Всичко това създава основата за базовата сигурност - онази почва, която ще подкрепя детето през целия му живот. *“Детето с ясното усещане за “ние” става способен да развие в себе си отчетливо разбиране за собственото “Аз”.*

9. Честност и последователност.

За да възпитаваме успешно, за да имаме истински контакт с детето, то трябва да ни има доверие. А това може да се постигне, само ако сме честни с него.

10. По-малко думи

“Стеснявайте пространството на избора (например, вместо “коя блуза си избираш?” питайте: “коя от двете блузи си избираш?”); приказвайте по-малко, ползвайте прости формулировки” - за да улесните разбирането на детето.

Превод: [Ирина Янчева-Карагяур](#)