

Конечно, вы знаете, что в один прекрасный день крошечное чудо, которым был ваш ребенок, вырастет и повзрослеет. Вы понимаете, что милый и очаровательный несмышлениш постепенно станет самостоятельной личностью. Все эти годы, меняя пеленки, отмеряя порции детского питания, направляя своего ребенка буквально во всем и беспокоясь о том, все ли вы делаете правильно, вы, вероятно, с надеждой ожидали того времени, когда ваш ребенок станет "настоящим человеком", отношения с которым вознаградят вас за все труды.

Но крошечное чудо выросло и превратилось в агрессивный клубок противоречий, очаровательный несмышлениш стал Невозможным Упрямым – и вам остается лишь гадать, что вы сделали не так!

Успокойтесь: вы все сделали правильно!

Происходящее вполне естественно. Ваш сын (или дочь) совершает неизбежный переход от детства к зрелости. Это означает, что ему приходится претерпевать массу изменений. Иногда эти перемены слишком значительны и мгновенны, и с ними нельзя справиться без конфликтов и душевного смятения.

Существует несколько мифов о том, какими должны быть родители. Часто такие мифы принимаются за реальные возможности, но при внимательном рассмотрении они оказываются далекими от истины и того, что кажется на первый взгляд.

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ МИФОВ

Миф 1.

Родители несут ответственность за то, чтобы их дети стали счастливыми, деятельными и полноценными взрослыми людьми

Вы не можете сделать из своих детей образцовых взрослых людей. Ваше дело — создать обстановку, в которой они смогут развивать свою личность и свой творческий потенциал. Но вы не сможете всегда следить за тем, чтобы они имели "правильные" понятия или учились "правильным" вещам. У них есть своя голова на плечах, и они сами сделают выбор. Лишь направляете их!

Миф 2.

Родители должны любить своих детей

Проблема заключается в представлении о том, что родители **должны** любить своих детей; при этом подразумевается, что у них есть выбор. Для родителей или детей это не вопрос выбора, а сама ситуация. Но если вы любите человека, это не обязательно означает, что он *всегда* нравится вам

Миф 3.

Родители всегда должны обладать властью над своими детьми

На самом деле вам нужно обладать властью не над ними, но над самими собой. Убедившись в том, что вы властны над собственным миром, ваши дети будут учиться властвовать над своим миром. Именно этому им и нужно учиться, чтобы вступить в мир взрослых счастливыми и здоровыми людьми.

Миф 4.

Знание о том, как быть хорошими родителями, приходит естественным образом

Каждому из нас достаточно трудно предсказать, какие знания могут понадобиться нашим детям в будущем, не говоря уже о самом процессе обучения. Учитесь!

Постарайтесь в своем сознании заменить эти мифы некоторыми важными истинами.

Истина 1.

Большинство детей проходит через это

Я имею в виду, что большинство детей становится взрослыми людьми, способными обеспечить себя, найти свое место в обществе; завести друзей и поддерживать хорошие отношения со своими родителями.

Истина 2.

Вы не одиноки

То, что вы испытываете теперь, пришлось испытать огромному количеству других людей. Трудная задача воспитания детей очень редко получает должное признание.

Истина 3.

Вы не бессильны

Сила есть способность совершать изменения; вы не лишились своей силы. Используйте свою энергию, чтобы изменить того человека, который может измениться, — **себя!** Вы можете изменить способ своего восприятия и свою реакцию на ситуации, в которых вы находитесь. Вы можете также контролировать среду, в которой вы действуете, и устанавливать ее границы.

Истина 4.

У вас есть права

Вы обладаете всеми правами, которыми обладают и ваши дети. У вас есть такие же права на уединение, внимание, свободу, уважение, понимание и т.д., как и у них.

Истина 5.

Вы не обязаны быть последовательными

Вы не обязаны продолжать делать то, что делали до настоящего времени. Если ваш метод решения проблем до сих пор не срабатывал, отставьте его и попробуйте что-нибудь другое. Не имеет смысла продолжать делать то, что не приводит к достижению желаемого результата.

Истина 6.

Вы — человек

Разумеется. Но нет ли у вас сверхчеловеческих требований к себе?

СЕМЬ ШАГОВ К ОБРЕТЕНИЮ "РОДИТЕЛЬСКОЙ СИЛЫ"

Шаг 1.

Получайте удовольствие

Воспитание детей — одно из тех занятий, которые продолжают значительное дольше, чем вы можете себе представить. Однажды начав, вы никогда не закончите полностью: какими бы взрослыми ни стали дети и как бы ни сложились взаимоотношения с ними, они навсегда останутся для вас детьми.

Шаг 2.

Цените себя

Возьмите за правило напоминать себе о том, что вы являетесь самоценной личностью,

обладающей собственными правами, не более и не менее ценной, чем любая другая личность.

Шаг 3.

Ищите факты

Один из способов понимания человеческого развития — взгляд на жизнь, как на серию периодов, в течение которых происходят определенные психологические и биологические изменения.

Шаг 4.

Разговаривайте

Общение означает взаимопонимание не только мыслей, но и чувств. Общение — это всегда двусторонний процесс, поэтому вам нужно поощрять стремление ребенка к конструктивному общению.

Шаг 5.

Слушайте

Умения говорить еще недостаточно. Вы должны уметь слушать так, чтобы понимать смысл услышанного.

Шаг 6.

Принимайте, не осуждая

Это не означает необходимости соглашаться со всем, что делает ваш ребенок. Это означает готовность поверить тому, что с ним по большому счету "все о'кей".

Шаг 7.

Будьте выше того, что вы не можете изменить

Как пережить опасный возраст наших детей

