

Советы ребенка своим родителям



Не балуйте меня	Вы этим меня портите. Я хорошо знаю, что необязательно давать мне все, что я требую. Я просто испытываю вас. Особенно не давайте мне того, что я хочу, ущемляя вас самих в чем-то.
Не бойтесь быть твердыми со мной	Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место и особенно помогает, когда со мной разговаривают как со взрослым. Мне легко в таком случае выполнить справедливые требования.
Не полагайтесь на применение силы в отношении со мной	Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы. Особенно если вы будете учитывать и мои интересы и уважать их.
Не будьте непоследовательными	Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой. Я согласен, что у всех бывают разные настроения в разное время, но в отношениях с другими людьми вы ведь стараетесь быть более предсказуемыми. Не контролируйте свою последовательность; если ее нет, то все равно не проконтролируете, лучше определитесь со своими целями и со своим местом в жизни. Не бойтесь их менять, просто говорите об этом.
Не давайте обещаний, которые не в силах выполнить	Это может поколебать мою веру в вас.
Не поддавайтесь на провокации	Когда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы просто расстроить вас. А то я попытаюсь достичь еще больших побед. Говоря по правде, я всегда жалею о своем желании поманипулировать вами, так как это подрывает ваше доверие ко мне, а его всегда не хватает.
Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас	Я не имею это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне. Иногда от своего

ненавижу»	бессилия перед вами я готов заплакать и защищаюсь таким вот образом.
Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле	Я отыграюсь на вас за это, став плаксой и нытиком. Спросите меня прямо о том, смогу ли я выполнить что-то, а не решайте, что я мал. Правда, иногда я беру на себя слишком много, тогда помогите мне незаметно и ненавязчиво.
Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам	А то у меня войдет в привычку использовать вас в качестве прислуги. И вообще, порядок в своей комнате я наведу сам, я даже могу постирать и сварить обед, сходить в магазин без списка в кармане. Иногда меня раздражает ваше: «Тебе хлеб маслом намазать?»
Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей	Я обращаю гораздо больше внимания на ваши замечания, если вы все скажете мне спокойно, с глазу на глаз. К тому же вы рискуете сами оказаться в глазах других в неловком положении, а меня замкнет, и я захочу поправить вас.
Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта	По некоторым объективным причинам мой слух в это время притупляется, а мое желание действовать с вами заодно пропадает. Будет нормально, если вы предпримете определенные шаги позднее. Да и у вас самих не только слух, но и разум иногда притупляется, и вам трудно среагировать на свои ошибки в разгар конфликта, так что не забудьте извиниться потом, ведь я воспитан вами и поступаю точно в соответствии с тем, что вы мне привили, как научили – осознанно или неосознанно.
Не пытайтесь читать мне наставления и нотации	Вы будете удивлены, узнав, как хорошо я знаю, что такое хорошо и что такое плохо. И узнал об этом раньше, чем вы думаете. Вспомните себя.
Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки – смертный грех	Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен. Вы же продолжаете делать ошибки до сих пор, но называете это опытом.
Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня	Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим. Ведь вы тоже защищаетесь, не найдя времени поговорить со мной по душам.
Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал	Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе. Как, впрочем, и вы. С кем не бывает!
Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность	Когда я запуган, я легко превращаюсь в лжеца. Перенесите разговор на другое время, когда мне будет легче сознаться, а вы уже остынете.
Не забывайте, что я люблю экспериментировать	Таким образом я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим. Мне просто интересно. А вы-то уже все знаете? Давайте экспериментировать вместе.

Не защищайте меня от последствий собственных ошибок	Я учусь на собственном опыте. На самом деле это бывает очень сложно сделать, но вы постепенно приучайте себя к этому, и я скажу вам «спасибо».
Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори	Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне много внимания. Это называется «вторичная выгода». Дайте мне лучше пример здорового образа жизни, покажите, как это замечательно.
Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы	Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я перестану задавать вам вопросы вообще и буду искать информацию где-то на стороне.
Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы	Если вы будете это делать, то вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно со мной занимались.
Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы	Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами. Это называется «Мужество несовершенства». Оно настоящее мужество, и мне будет полезно иметь дело с мужественными людьми.
Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени	Значение имеет то, как мы его проводим. Особенно мне полезно, когда вы продумываете, что было бы интересно и мне и вам.
Не говорите мне, что мне нельзя делать что-то (пить, курить, гулять), потому что я еще маленький	Вы хотите, чтобы я вырос и оторвался на полную катушку?
Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства	Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество. Иногда я боюсь просто так, чтобы вы были внимательнее ко мне.
Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без понимания и одобрения	Похвала, когда она заслужена, иногда все же вами забывается, а нагоняй за проступок – никогда. Это нечестно!
Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям	Заметьте, не как к приятелю или коллеге, а как к настоящему другу. Тогда я тоже стану вашим другом.



- **Запомните, что меня больше учит не критика, а примеры для подражания.**
- **Я очень горжусь вами, что вы прочитали все мои пожелания. Теперь у нас будет другая жизнь. Я верю вам!**
- **Помните, что я вас люблю. Пожалуйста, ответьте мне любовью .**



1 «Не балуйте меня»

Комфортное состояние – это состояние гармонии, следовательно любой перекокс, как в сторону позитива, так и негатива – это разбалансировка.

Состояние ребенка адекватно оцененного, адекватно вознагражденного – знающий себе цену, высоко ценимый, достойный признания, то есть адаптирующийся. Предвкушающий, упоенный, умеющий ценить, тонко чувствующий; имеющий способности, заинтересованный в..., самостоятельный, в выборе. Открытый, полный энергии, доверяющий, чутко относящийся, ласковый.

Получается, если вознаграждение неадекватное (балуемый ребенок), то ребенок автоматически попадает в состояние стресса: возмущенный, досаждаемый, язвительный, обделенный, безучастный, невосприимчивый; отвергаемый, неоцененный, утративший надежду, самобичующий, без выбора. Противостоящий, неадекватный, жаждущий мести, ущемляющий, причиняющий боль, отделенный.

В результате избыточного безосновательного поощрения ребенка мы получаем то, что называется: «благими намерениями вымощена дорога в ... »

Обратимся к логике.

- Почему возмущенный, противостоящий, неадекватный? – неадекватно оценили, значит нечестно.
- Почему досаждаемый, отвергаемый, отделенный? – «на тебе конфетку, только не приставай.»
- Почему язвительный? – а почему нет?.. если все равно балуют.
- Почему обделенный, самобичующий? – обделен честностью, искренним вниманием.
- Почему безучастный, невосприимчивый, неоцененный, утративший надежду, без выбора? – разве красивая ложь не предательство? Тогда что еще остается? Хороша ложка – к обеду.
- Почему жаждущий мести, ущемляющий, причиняющий боль? – Это и есть проверка ребенком вас: ну неужели и за такое не накажете, а опять конфетой откупитесь?

Имейте в виду : границы ребенка выстраивает взрослый, взрослый формирует «можно» и «нельзя», «хорошо» и «плохо». Но не на словах, а своими действиями, поступками. Говорите – одно, делаете – другое: ломаете картину мира ребенка, причиняете боль («а родители-то у меня лжецы, значит добро – это только сказки»). Если же вы честно объясняете мотивы своих «плохих» поступков, то, в целом, ситуация записывается в

памяти ребенка, как положительная – как один из вариантов: не «плохой», не «хороший», а возможный. В этом случае, внутренний конфликт ребенка не разгорается.



2 «Не бойтесь быть твердыми со мной».

Вы боитесь обидеть своего ребенка, но почему-то только злите и настраиваете против себя. Почему? Что в позитиве делает ребенок, с которым твердо обращаются? – Присмотритесь к ситуации адекватно. Т. е. видящий варианты, принимающий, открытый, адекватный, ответственный, сознательно действующий.

Соответственно, лишая ребенка «твердой руки», вы лишаете его возможности быть идущим навстречу, радующимся жизни, ликующим, уступчивым, быть в гармонии с миром; быть оптимистичным, достойным признания. Доверяющим, чутко относящимся; способным принимать, быть мотивированным, готовым рискнуть, быть любящим, реализовавшимся... И вместо всего этого вы толкаете его на то, чтобы стать отмахивающимся, сомневающимся, неадекватным, негодующим, обзленным, невменяемым, готовым напасть; уязвленным, обманутым, ущемляющим, не услышанным, разочарованным, нежеланным и нелюбимым. Логика подключайте сами.



3 «Не полагайтесь на применение силы по отношению ко мне».

В этой ситуации первая реакция – обида и гнев. Побитый ребенок возмущен, загнан в угол. Ему пока ответить нечем, или страшно ответить... а что потом? Вас он ненавидит осознанно или в подсознании, но в общении с другими берет вашу модель поведения: «У кого ремень, тот в доме и хозяин».

Состояние ребенка - Возмущенный, сдерживающий ярость (Пока маленький – сдерживает. А в подростковом возрасте? А когда вырастет?), раненый, оскорбленный, уязвленный, разочарованный, паникующий, преданный, побежденный, сломленный, не любимый, покинутый, в депрессии и без выбора.

Так, что же вам делать, если вы уже применили силу?

Позвольте ребенку знать себе цену, подготовьте его к аналогичным ситуациям (аналогичным той, за которую он «провинился»), примите его таким, какой он есть, пусть почувствует себя необходимым, будьте участливы (это же ваш ребенок, это не монстр из фильма ужасов, одумайтесь, это – *ваши* дите), дайте ему возможность, ликовать, смело действовать, любить, выигрывать, научите его сотрудничать, творить, дайте ему ощутить, что дом – самое безопасное место во вселенной. Дайте ему возможность быть удовлетворенным и самостоятельно делать **СВОЙ** выбор.

Однако, что же делать, когда проступок уже совершен и отреагировать, все же,

необходимо? Чем заменить старый добрый ремень? – Спросите Вы. Один из вариантов решения проблемы может быть таким: постарайтесь представить, что вместо вашего малыша нашкодил здоровый детина под 2 метра ростом, а вместо вашей деточки – взрослая стерва, готовая закатить истерику на весь подъезд. Что же вы молчите? Не орете, не машете кулаками, а? Наверное, вы, как разумный Человек, предпочтете «разбор полетов» с позиции сотрудничества. То есть побеседуете ну очень спокойно. Так что же вам мешает уже сейчас общаться с ребенком, как со взрослым Человеком?



4 «Не будьте непоследовательны».

Позвольте еще раз напомнить: родители – это «матрица» поведения для ребенка. Непоследовательность нарушает логику событий, устойчивость, стабильность мира. В результате, может нарушить (как следствие) конструктивное мышление ребенка. Как можно связно думать, когда все вокруг непонятно? Как может быть понятно, если сегодня – так, а завтра – иначе? Вспомните, с каким трудом, как медленно и постепенно маленький ребенок впускал в свою жизнь новую пищу. Что было бы, если бы вы в этот момент пытались впихнуть в него то одно, то другое, то все вместе одновременно? Несварение желудка бы просто началось... Непонятное не переваривается. Еда – та же информация, а информация – пища для ума.



5 «Не давайте обещаний, которые не можете выполнить».

Ребенок почувствует себя обманутым, а значит – сомневающимся и ригидным. К чему это приводит? – К антагонизму, враждебности и безразличию. Что делать? – Смело действовать, быть искренними, гордыми достигнутым. Что произойдет с ребенком при конструктивном развитии событий? – Оптимистичный подход к жизни, восхищение вами, уравновешенность, способность творить. Выбирайте.



6 «Не поддавайтесь на провокации».

Не проявляйте слабых характерность, не дайте себя победить и сломить: умейте сотрудничать, найти плодотворное решение. Вы уже сказали, что не купите сейчас игрушку, увиденную на прилавке магазина, но ребенок поднимает крик, и тут же получает все, что хочет - это худшее, что Вы могли бы для него сделать, с этого момента он будет

знать, как вами манипулировать. И дело не только в манипуляции, но и в потере вашего авторитета.



7, 11 «Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу». Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта.»
Я просто нахожусь в гневе, я невменяем, дождитесь, пока я успокоюсь, или помогите мне стать действующим сознательно. Когда я буду ощущать себя желанным, я снова стану реализовавшимся и любящим.



8 -9 «Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле», чувствовать себя неоцененным. «Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам».
Признайте мои способности и самостоятельность. Тогда мой разум, дух и тело объединятся и я останусь удовлетворен.



1 0 «Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей».
Не заставляйте меня чувствовать себя уязвленным, а значит запрещать себе радость. Пойдите мне навстречу. Уступите, пожалуйста. Если Вы считаете, что вмешательство необходимо, отзовите ребенка в сторону не для видимости, а так, чтобы ваш разговор действительно не было слышно другим, при этом сделайте это без негатива в голосе и поведении.



12 «Не пытайтесь читать мне наставления и нотации».

Когда я чувствую себя затюканным, я ощущаю себя заброшенным и нелюбимым, я только бешусь и негодую. Лучше примите меня таким, какой я есть и попробуйте замотивировать.



13 «Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки –

смертный грех».

Когда я нахожусь в состоянии самобичевания, я утрачиваю уверенность в своих силах, а тут еще и вы отвергаете. Я хочу самостоятельно принимать свои решения. Я знаю - это трудно. Но, пожалуйста, проявите спокойствие. Поговорите со мной с позиции равенства.



14 «Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня».

Вы разочарованы, обозлены, так подайте мне личный пример ответственности. Действуйте смело, но в мире и согласии.



15 «Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал».

Зачем вы такие язвительные, безучастные, возмущенные? Вы же чувствуете, как мне плохо. Простите же меня, я ведь уже 5 раз извинился, я ведь не нарочно... Если событие уже произошло, поймите, что время вспять повернуть не возможно и сколько бы Вы не повторяли одно и то же, выплескивая негатив, вспыхнувший в ответ на действия ребенка - это только сделает его сознание расчепленным, но не поможет ему осознать, как жить после этого дальше. Постарайтесь набраться терпения и приложить максимум усилий, чтобы то, что Вы скажете в этот момент было конструктивным. События, которые

произошли невозможно повернуть вспять, но можно минимизировать негативные последствия.



16 «Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность».

Когда вы давите на ребенка, он сначала испытывает страх и вину, а как следствие – гнев и обиду. Ведь это вы не поддержали его в трудную минуту. И кто же мудрее-то? Кто из вас старше? Кто кому должен помочь выбраться из трудной ситуации? Подберите вы, наконец, интонацию. Проявите интерес. Дайте почувствовать, что вы, взрослые, и ваш ребенок – едины. Вы – одна семья!

Всегда говорите с ребенком, как с равным: «Ты меня уважаешь?»... Как вы думаете, почему пьющие люди любят задавать этот вопрос? Потому что в семье их не принимают, не уважают, дают теми же вопросами: Где ты был? Почему так долго? Как ты мог? Ты совсем совесть потерял? Почему ты так со мной поступаешь? И сколько возможных ответов, какой простор для фантазии.... Чтобы как-нибудь выкрутиться, показаться достойным уважения.... Зачем вам устраивать ребенку это ненужное дознание? Неужели вы хотите с детства приучить его к вранью?



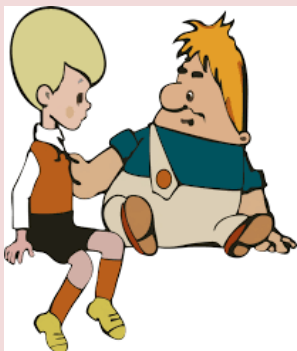
17 «Не забывайте, что я люблю экспериментировать».

Я готов рискнуть, я смело действую, я интуитивно знаю, я самостоятелен, а значит, я охраняем провидением, подготовлен и спокоен. Я в безопасности, я уверен в себе, я вселяю бодрость, я восполняю свои силы, я увлечен, а значит способен выигрывать. Я горд достигнутым, действую сознательно и нахожусь в единстве со вселенной. Ну и зачем вы боитесь за меня? Зачем на меня злитесь? Почему не понимаете, не принимаете, а только отдаляетесь от меня? Раньше, между прочим, дети сами по стройкам бегали, на деревья залезали, мастерили своими руками себе игрушки. Падали с большой высоты, но сильно практически не расшибались, ножами и спичками себе не вредили, потому что увлечены были, в гармонии были, уверены в себе, а потому их действительно охраняла вселенная. Понятно, что попустительство – не лучшая форма общения. Но лишать детей инициативы, свободы и возможностей – это все равно, что туго запеленать и в таком положении учить ходить.



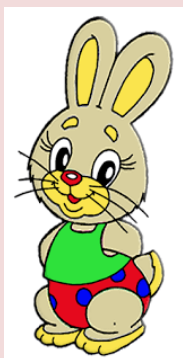
18 «Не защищайте меня от последствий собственных ошибок».

Принимаю, понимаю, действую. Вы уверены, что ваш негативный опыт пригодиться вашему ребенку? Может ему и не нужны ваши ошибки. Но вы упорно пытаетесь либо запретом отгородить его от совершения возможных ошибок (отодвинуть действие без понимания) или заранее разъяснить последствия действий, которых он не совершал. Во втором случае вы «притягиваете» к нему соответствующие ситуации, из которых ему действительно придется выбирать. Чтобы ребенок почувствовал себя еще более несчастным после совершения ошибки неплохо торжествующе подвести итог: «Вот видишь, я же тебя предупреждал(а)!». Как по-вашему: это и есть забота ?



19 «Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори».

Я становлюсь болезненный, соответственно паникующий либо неадекватный (много шума из ничего) и начинаю вас ущемлять. В школе учились? Вспоминайте про условный рефлекс Павлова. Сказал, что чувствую себя не очень – пошла пруха (столько внимания, ласки, заботы, сколько здоровому никогда не достается). Значит, захотел внимания – скажи, что болен. Но – стоп! Тело в этой ситуации запомнило себя болеющим, а значит, чтобы добиться нужного результата, тело действительно заболевает. Хотел только сказать, а получил микстуры и уколы.



20 «Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы».

Вы в этот момент отмахиваетесь от ребенка, делаете вид, что завалены делами, а ребенок чувствует себя отвергаемым. Что делать? – Идти навстречу, принимать и ценить ребенка здесь и сейчас.



21 «Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы». См. 19 «Глупый вопрос – внимание», тот же самый рефлекс.

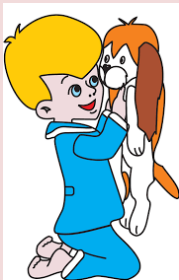


22 «Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы».

Вы ставите меня в ситуацию: «нет выбора». Я такой и никакой больше, ни на йоту. Я же вижу, что это не так, не ломайте мою матрицу.



23 «Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени». Не будьте самобичующими, проявите самостоятельность.



24 «Не говорите мне, что мне нельзя делать что-то (пить, курить, гулять), потому что я еще маленький».

Если я еще маленький для чего-то, значит я в этом несостоявшийся. Следовательно, чтобы состояться, мне именно это и надо сделать .



25 «Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства».

Под нависшей угрозой и уверенный в себе - если страхи не сильные, не серьезные, значит ребенок просто учится делать выбор в сторону позитива, а может быть просто привлекает внимание. Баланс легче восстановить, если проблема легко решается. Однако постарайтесь не перегнуть палку, чтобы не попасть в другую крайность - безразличия и холодности к проблемам ребенка.



26 «Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без понимания и одобрения».

Я достоин признания, тогда я полон энергии и чуток. Если этого не происходит, я автоматически усваиваю модель антагониста, враждебного и безразличного человека .



27 «Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям».

Или равенство или горе и вина.



Так как же правильно воспитывать своего ребенка?

- **Не воспитывать, а сотрудничать.**
- **Любить, уважать своего ребенка здесь и сейчас, а не вчера и завтра ...**
- **В любой ситуации обращаться к пунктам 1 и 2.**
- **Относиться к ребенку как к другу, а не как к подопечному. Вы не на служебной лестнице. Совет ценнее наказа, а помощь не ждет приказа.**
- **Разрешите ребенку жить своей жизнью, совершать свои ошибки, учиться на них.**
- **Развивайтесь сами, будьте открыты.**
- **Друзья учатся друг у друга, так научитесь искренности, жизнелюбию, умению мечтать, играть, везде искать новое.**
- **Да вы хоть вышеперечисленное впусстите в свою жизнь. (Мало не покажется)**