

20 советов от Михаила Лабковского, чтобы вырастить из ребенка по-настоящему счастливого человека

Воспитывать счастливых детей можно, только будучи счастливым, уверен известный российский психолог с 30-летним стажем Михаил Лабковский. Он был школьным психологом в Москве, работал с семьями и трудными подростками в Иерусалиме, написал книгу, а сейчас проводит индивидуальные и публичные консультации, выступает в авторских теле- и радиопередачах.

20 советов от Михаила Лабковского, чтобы вырастить из ребенка по-настоящему счастливого человека

© labkovskiy.ru

- ✓ Дети, как и вся остальная часть животного мира, воспитываются по аналогии. То есть когда вы усаживаете напротив себя ребенка и воспроизводите знаменитые строки «Крошка сын к отцу пришел», ребенок в этот момент вообще ничего не воспринимает. Вы тупо теряете время. А когда вы ругаетесь с женой или мужем, выясняете отношения с тещей, пьете с друзьями на даче, в этот момент ребенок воспринимает окружающий мир.
- ✓ Ваши поступки, действия, общение, семейная обстановка, характер формируют психику вашего ребенка. И будет он счастливым или нет, зависит от того, что вы сделаете со своей головой. Будучи несчастными людьми, вы никак не сможете так выстроить отношения с ребенком, чтобы он был счастлив.
- ✓ Чтобы ребенок хотел ставить цели и их достигать, ему нужны родители, которые с радостью бегут на работу, счастливо бегут с работы домой, а отдыхают еще лучше, и все у них хорошо. А когда дома все уныло, то вы можете сколько угодно ставить цели перед ребенком — это все пустое.
- ✓ Ребенка, как и себя, надо любить просто за то, что он родился и есть. А все эти амбиции, требования, недовольство — признаки недовольства собой, собственных неудовлетворенных амбиций.
- ✓ Карманные деньги должны быть у ребенка лет с 6. Не крупные, но регулярно выдаваемые суммы, которыми он распоряжается сам. Не

надо контролировать, на что ребенок их тратит, и ставить сумму траншей в зависимость от его успеваемости и поведения.

- ✓ Когда у вас в семье рождается второй, третий, пятый ребенок, не говорите старшим, что они уже взрослые. Ни поведением, ни словами не давайте им понять, что, мол, «ты уже большой». Во-первых, он хоть и старший, но по отношению к родителям все равно остается маленьким, и это единственно нормальная позиция. А во-вторых, все эти рассказы про «ты теперь за старшего» дети воспринимают как знак того, что его уже не любят или любят меньше.

Как выстроить доверительные отношения?

- ✓ Если родители в каждый момент времени знают о ребенке все: с кем он говорит по телефону, во сколько обедает, когда заканчивает делать уроки (и при этом проверяют эти уроки!), им кажется, что ситуация под контролем. А на самом деле чем больше родители контролируют ребенка, тем дальше ситуация от их контроля: он растет, подверженный чужому влиянию, и кто угодно может склонить его куда угодно. Почему? Да потому что у ребенка нет своего мнения: его всегда контролировали.
- ✓ С того момента, когда он сидит за одним столом с родителями, нужно спрашивать, что он хочет есть, а не наливать ему в тарелку суп, потому что «у нас так принято». Учитывать его мнение во всем: «Ты это хочешь? Не хочешь? А что об этом думаешь? А как к этому относишься?» Ребенок должен осознавать значимость своего мнения изначально.
- ✓ Страх заставляет врать и скрывать. Ведь ребенок, который никогда не боялся родителей и последствий своего поведения, так как ему давали возможность оценивать и решать, что он сам об этом думает, врать не будет. У него даже опыта такого нет. Заметьте: маленькие дети не врут, они начинают это делать с возрастом, потому что вынуждены, опасаясь неприятных последствий!

Как воспитывать сыновей матерям-одиночкам?

- ✓ Не надо брать на себя роль отца, хотя многие женщины стремятся таким образом компенсировать отсутствие папы за счет якобы

мужской жесткости, твердости, мужественности. Тогда ребенок может начать бояться всех женщин.

- ✓ Если отец не общается с сыном, объясните, что папа его все равно любит. Не стоит отзываться об отце негативно. Иначе у ребенка будет конфликт с собой, потому что он отождествляет себя с отцом.

Как относиться к учебе ребенка?

- ✓ Уроки с ребенком делать не надо. Так он вырастет несамостоятельным. Школа существует, чтобы научить ребенка самостоятельности.
- ✓ Ваш ребенок должен иметь хотя бы пару свободных часов в день. В это время он не ходит ни в какие секции и кружки, не делает уроки. Проводя время наедине с собой, он научится быть нескучным самому себе.
- ✓ Отличницы все тревожные перфекционистки. На них, как правило, давят. Они мазохистки уже в 5-м классе. Здоровая девочка не может быть отличницей, как и мальчик. За счет тревожности они это из себя вымучивают.
- ✓ Таланты ребенка не надо развивать. Допустим, нравится девочке танцевать. Ее отдадут в секцию танцев. С этих пор она начинает ненавидеть танцы, потому что в секции не танцуют — там разучивают движения. Если ребенок сам хочет, это не обсуждается, конечно, его надо поддержать. Но если родители видят у него способности и пытаюсь что-то выжать из этого, я против.

Как правильно наказывать?

- ✓ Некоторые родители, когда ударят ребенка, выпускают пар. Сдерживать себя не надо. Потом вы взорветесь все равно, но втихаря будете ненавидеть детей. Нужно избавиться от первопричины — агрессии.
- ✓ Нет никакого физического наказания. Есть физическое насилие. И точка.
- ✓ В разговоре с ребенком говорите не о том, какой он плохой, а о том, что вы чувствуете. Нужно говорить ему не «ты плохой», а «ты плохо сделал». Ребенок как бы должен оставаться в стороне, обсуждается только действие.

- ✓ Сломать ребенка можно в любом возрасте, причем делается это элементарно. А потом удивляются, почему ребенок вырос безынициативным и бесхребетным.
- ✓ Нужно четко разделять ребенка и его поступок. Если ребенок накосячил, главное в этот момент — не превращаться в фурию, не орать про то, что «у всех дети как дети» и что из вашего ребенка вырастет ноль без палочки. Без малейшей агрессии подходите к ребенку. Улыбаясь, обнимаете его и говорите: «Я тебя очень люблю, но планшета ты неделю не получишь». А орать, оскорблять, обижаться и не разговаривать — вот этого не надо. Ребенок наказан отъемом гаджетов.

Согласны ли вы с мнением Лабковского по поводу воспитания детей?
Какими принципами в воспитании детей руководствуетесь вы?