

Как стать авторитетом для своего ребенка?



Нельзя единожды или сразу заработать авторитет в глазах ребенка – это такой процесс, который происходит на протяжении месяцев, лет, изо дня в день. Т.е. невозможно поступить определенным образом несколько раз и стать авторитетом в глазах ребенка. Авторитет складывается из вашего ежедневного общения, взаимодействия с ребенком, из того, как вы реагируете на его поведение, как вы отвлекаетесь на его просьбы, как вы включаетесь в его жизнь, как поступаете в тех или иных ситуациях. Любой маленький ребенок копирует или подражает поведению своих родителей, но это совсем не значит, что они являются для него авторитетом. Во время роста, воспитания у ребенка происходит считывание ваших моделей поведения — то, что ребенок видит, он этому подражает. Вы являетесь для него живыми примерами того, как нужно взаимодействовать с людьми, поступать в разных ситуациях. Когда ребенок взрослый (с 11 лет), он может уже сознательно решить для себя: «Я не хочу быть похожим на маму или папу».

Авторитет для ребенка – это когда то, что вы ему говорите, он этому верит, чувствует, что за этим есть правда, есть сила. Ребенок хочет следовать тому, что вы говорите, потому что он доверяет вам, он уважает вас. И ваши слова не являются для него пустым звуком. У вас есть некая связь с ребенком, и он это чувствует и не хочет вас расстраивать.

1. Мама и папа в роли друга для ребенка. Много времени мы проводим с ребенком, находясь не в роли учителя или воспитателя, а в роли друга. А друг – это тот, с которым можно пошутить и посмеяться, который выслушает все ваши проблемы, просто поиграть. Если мы хотим быть авторитетом для ребенка, своим поведением, своей реакцией мы должны дать почувствовать ему, что: «Я тебя понимаю». «Я тебя слышу». «Я тебе сопереживаю». «Я тебя поддерживаю». Чтобы быть авторитетом для ребенка, он должен вам

доверять. А это значит, что он может прийти к вам со всем, что у него на душе. Поэтому вы должны быть открыты для этого, вы можете сказать ему «Ты можешь рассказать мне все, что угодно. Я обещаю, что выслушаю тебя. Я тебя не буду ругать». Очень многие дети боятся говорить правду, они начинают обманывать, лукавить. Если ребенок говорит вам какой-то секрет, не предавайте его, никому об этом не рассказывайте. Если того требует ситуация, расскажите близким, но чтобы ребенок об этом не узнал. Иначе в другой раз он не пойдет к вам со своим секретом. Ребенок должен знать, что он может рассказать вам все (даже если это что-то неприятное) и это останется только между вами. Это залог того, что в будущем ребенок будет приходить к вам со всем, что его беспокоит и мучает. Покажите ребенку, что вы его понимаете. Если ребенок выражает какие-то чувства (злость, досаду), скажите ему «Я понимаю, ты сейчас злишься», «Я понимаю тебя». Т.е. не спешите сразу же прекращать его эмоцию («Перестать плакать», «Перестань злиться», «Не нужно раздражаться»). Проблема в том, что мы очень часто стремимся наложить запрет на выражение чувств малыша, что это неправильно или неуместно в данной ситуации. Почаще обнимайте ребенка, говорите ему «Я так рад(а), что ты у меня есть». Как только ребенок почувствует, что вы его поддерживаете, он тут же начинает более бережно относиться к вам – происходит «отзеркаливание».

2. Не жалуйтесь ребенку, что у вас не ладятся отношения с другим родителем. Нет ничего хуже для ребенка, когда вы рассказываете ему, как неправ ваш муж, или неправа ваша супруга. Некоторые родители ошибочно используют ребенка как возможность выговориться, желая переманить его на свою сторону, найти в ребенке союзника против кого-то из родителей. И такие дети испытывают колоссальный внутренний конфликт, потому что они одинаково любят обоих родителей. И когда кто-то из родителей жалуется ребенку на другого родителя, малыш чувствует, что он «предает» другого. Ребенка никогда нельзя перетягивать на одну или другую сторону. Если ребенок спрашивает, почему родители поссорились, скажите ему «Наши отношения тебя не касаются. Мы сами разберемся». Не надо ребенку рассказывать детали, причины вашей ссоры.

3. Не снижайте авторитет другого родителя в глазах ребенка. Когда мама что-то разрешила, папа не должен запрещать этого, и наоборот. Когда у вас единая семья, ребенку проще следовать семейным правилам, проще усваивать ограничения. Иначе он быстро научается манипулировать.

4. Попросить прощения у ребенка, если вы что-то сделали неправильно.

Некоторые родители принимают это за слабость и снижение своего авторитета в глазах ребенка – это не так. Вы показываете, что вы обычный человек, который совершает ошибки, но пытается их исправить. Вы даете ребенку замечательный пример, как он может сам исправлять свои ошибки, согласиться с тем, что он ошибся, и извиниться за свою ошибку.

5. Ложный авторитет. Некоторые родители считают, что авторитет можно заработать путем давления на ребенка, заставляя сделать его то, что вы считаете нужным. Они используют психологическое давление или физические наказания, чтобы вынудить ребенка слушаться, подчиняться. Малыш начинает бояться, он делает что-то из страха, из-за нежелания испытать боль или услышать крик. Такое поведение родителей направлено не на поиски причин, почему ребенок так себя ведет, почему он не слушается, чего ему не хватает, что я могу сделать, чтобы найти к нему ключик – здесь идет акцент на послушание. Т.е. маму и папу не волнует причина, они не хотят с этим разбираться, ребенок должен слушаться, и все. Такие родители ожидают от ребенка безвольного подчинения. Это ложный авторитет: ребенок может вас слушаться, но исключительно из-за страха наказания, а не из-за того, что вы для него авторитет. У ребенка может быть нормальная реакция: нежелание чего-то делать, несогласие со старшими. А беспрекословно подчиняющийся ребенок – у него подавлена воля, он не может высказать и отстоять собственное мнение (что он хочет или не хочет). Т.е. когда ребенок проявляет протест – это нормально. И ваша задача, как родителей, — это считаться с этим протестом, но не сдавать свою позицию. Не нужно слепо требовать четкого выполнения приказов. Попробуйте понять причины, почему ребенок не хочет это делать, что ему не нравится, а как он думает, предложить ему иные варианты, обсудить их, объяснить ему, почему вы говорите так, а не иначе. Вам важно не злиться и обижаться на ребенка, а спокойно, авторитетно, с уважением к ребенку (к его мнению и чувствам) продолжать объяснять, настаивать на своем и договариваться.

6. Авторитет с помощью подкупа. Когда вы постоянно сулите ребенку какие-то материальные блага за то, что он правильно себя ведет. Это самый легкий путь разрушить собственный авторитет в его глазах. Нельзя договариваться с ребенком купить ему что-то, если он будет хорошо себя вести. И ребенок начинает слушаться только ради очередной новой игрушки. Дальше он начинает манипулировать, для него станет мало вашего слова или просьбы, он будет постоянно торговаться с вами «А что мне будет, если я это сделаю?»

7. Авторитет в назидание, если родители постоянно морализируют. Т.е. в адрес ребенка постоянно идут нотации, которые вообще не имеют смысла в таком количестве. Дети быстро развивают психологическую глухоту и перестают прислушиваться. Голос мамы вообще уходит на задний план. Лучше объясните ребенку на своем примере, как вы себя чувствуете, как другие чувствуют, но не будьте постоянным морализатором, иначе ребенок вообще перестанет обращать внимание на ваши пустые слова.

8. Уважение, понимание и поддержка – это самый главный «кирпичик», чтобы завоевать авторитет вашего ребенка.

9. Личный пример и последовательность. Если вы что-то обещаете ребенку – обязательно выполняйте, не обманывайте его. Сюда можно отнести пустые угрозы, когда родитель обещает наказать, но не делает этого, и тогда слова родителя становятся ничего не значащими для ребенка. Личный пример: если вы грубите ребенку, он тоже будет грубить; если вы кричите – ребенок тоже будет кричать; если вы часто физически наказываете ребенка – он будет бить других детей или животных. Старайтесь вести себя с ребенком так, как вы бы хотели, чтобы он вел себя с окружающими людьми. Если вы требуете ребенка следить за чистотой, когда у вас по квартире все разбросано, ребенку будет сложно.

10. Время, которое родители отводят для себя. Нельзя полностью растворяться в жизни других людей, в том числе и ребенка. У вас должно быть личное время для себя: хобби, спорт и т.п. Если у вас есть какие-то увлечения, вы всегда можете рассказывать своему ребенку. Вы можете его брать с собой в какие-то места, показывать видео, где вы за любимым занятием. Ребенок видит вас: «Моя мама танцует – занимается танцами», «Мой папа катается на мотоцикле», «Мой папа собирает монеты». Т.е. смысл в том, чтобы ребенок видел, что у вас тоже есть какие-то свои увлечения, что вы умеете посвящать время себе и готовы с ним разделить это.

11. Говорите с ребенком по душам. Доверие – это важнейшая составляющая авторитета. Делитесь с ребенком, как прошел ваш день, что у вас было хорошего, что вы видели, какие у вас есть мысли (но детально не рассказывайте о своих личных переживаниях). Но никогда не делайте ребенка хранителем тайн от кого-то, других взрослых в семье. Никогда не делайте ребенка заложником одних секретов от других. В этом случае вы формируете с ним коалицию против взрослого, и ребенка это начинает тревожить – вплоть до невротических симптомов. Не употребляйте фразы типа «Я тебе расскажу, только не говори об этом папе», «Я тебе скажу, но

давай, это будет наш секрет от мамы». Не делайте из ребенка «жилетку», в которую вы можете поплакаться. При доверительном разговоре с ребенком не засыпайте его вопросами «А что у тебя случилось?», «О чем ты думаешь?», «Чем недоволен?» От таких расспросов дети часто закрываются, уходят в себя. Поэтому лучший способ доверительного разговора – начать рассказывать о себе.

12. Расскажите ребенку о своих достижениях: чего вы добились в жизни, чему вы научились – в информативном ключе, чтобы ребенок просто знал о ваших заслугах.