

12 признаков ответственного родительства

Чем ответственный родитель отличается от безответственного? Если провести такой опрос, то варианты ответов могут быть очень разными. Для кого-то ответственность ограничится тем, что ребенок “сыт, обут, накормлен”, а кто-то не представляет, как можно не записать ребенка на все самые полезные кружки в городе. На этой почве рождается немало родительских споров о том, какие подходы в родительстве себя оправдывают и как все таки правильно воспитывать детей.

Решение, как всегда, где-то посередине, потому что наши дети – отдельные личности. Их путь – это постепенное отделение от родителей, а наша задача – научить их жить самостоятельно. unsplash.com 12 признаков ответственных родителей Адекватная самооценка – дело семейное. Формируется она, как и прочие основы личности, рано, по мнению Э. Берна, до 6-летнего возраста. Это достигается проявлением безусловной любви (любви без всяких условий, а не при наличии хорошего поведения), восприятием ребенка как другой отдельной личности. Ответственные родители говорят: “мой ребенок заболел” или “он пошел в первый класс”, а созависимые говорят “мы переболели корью”, “мы пошли нынче в первый класс”. В слове “мы” нет восприятия ребенка как другого человека, отдельного от родителя. Это неуважение к личности ребенка. Позитивные послания, замечания весьма способствуют высокой самооценке ребенка. Ответственные родители подбадривают ребенка в том, чтобы он сам делал выбор.

Так формируется навык решения проблем. Дети ответственных родителей вырастают уверенными в себе (это не одно и то же, что самоуверенными), с большими личностными ресурсами, способными принимать на себя ответственность. Это имеет отношение к профилактике зависимости, поскольку зависимость (алкогольная, наркотическая) – это болезнь безответственности. Если матери и отцы научились быть ответственными родителями (а родительству можно учиться!), то вместо демонстрации своего превосходства над детьми они показывают, как можно полагаться на самого себя. И дети верят в свою компетентность. Ответственные родители убеждены, что они сами несколько не лучше, не выше, но и несколько не хуже, не ниже в человеческом достоинстве, чем их дети. Дети в подобных семьях вырастают в уверенности своего равенства с другими людьми по чувству собственного достоинства. Взаимное уважение – вот руководящий принцип ответственных родителей. И тогда родители не устраивают таких ситуаций, конфликтов, в которых дети чувствуют себя виноватыми.

Постоянное чувство вины не является социально полезной эмоцией, как верят многие люди. Только взрослые люди, не мучимые чувством вины, могут уважать своих родителей, уважать себя. Без чувства вины лучше налаживаются контакты с другими людьми. Дети ответственных родителей доверяют другим людям. Неудивительно, что люди их любят. Ответственные

родители смело обнаруживают свое несовершенство перед детьми (нет в мире совершенства!), придерживаются реалистических стандартов как для себя, так и для детей. Родители сами не упускают из виду свои сильные стороны, свои реальные достоинства и сфокусированы на сильных сторонах детей. Родители терпеливы и не очень озабочены своим имиджем родителя или образцовой семьи перед другими. Поддержание имиджа ведет к утрате своего собственного я. Точка отсчета должна быть внутри, а не вовне. Мало ли что скажут другие. Важна собственная уверенность. Дети ответственных родителей фокусируют внимание на конкретной жизненной задаче. У них нет страха, что не справятся, что их ждет провал, как на это посмотрят другие. Дети склонны рассматривать свои ошибки как вызов себе, пытаются сделать то же самое снова и снова с учетом урока из ошибок и добиваются успеха.

Дети ответственных родителей гораздо более терпимы к другим, чем дети созависимых родителей. Созависимые родители ошибочно полагают, что любое желание ребенка должно быть выполнено (другая крайность – запрещено). Часто я слышала от родителей фразу: “Ребенок у меня на первом месте, он для меня человек номер один, я сама у себя на десятом месте”. Попадать в рабство к ребенку тоже не стоит. Это опасно, поскольку научает ребенка не уважать права других. В этом есть опасное послание: быть эгоцентричным – нормально. Ответственные родители учат своих детей собственным примером тому, что все люди важны, достойны, включая родителей. Осознавать себя достойными людьми – значит не попадать в ситуацию, когда родители становятся половой тряпкой, о которую дети могут вытирать ноги. Быть ответственным родителем – значит иногда говорить ребенку “нет” и уважительно относиться к его “нет”. Язык ответственных родителей содержит такие фразы: Я так горжусь тобой. У тебя это дело получилось так хорошо. Покажи мне, как ты это делаешь. Ты и вправду оказываешь мне большую помощь. Что ты об этом думаешь? Я уважаю твое мнение. Мне действительно очень нравится тот способ, как ты это сделал. Это свидетельствует, как много труда ты в это вложил(а). Я понимаю твое огорчение, я знаю, как ты старался.