

МИФЫ О ВОСПИТАНИИ

Миф 1: «Ужасные двухлетки» действительно просто ужасные

На самом деле они не ужасные. Несмотря на то, что вам может казаться, что они ужасные, это еще зависит от вас самих. Дело не в том, что они какие-то не такие, а в адекватном, соответствующем возрастным особенностям, ожиданиям родителя о поведении двухлетнего ребенка. Это возраст, когда дети только начинают учиться контролировать свои эмоции.

И, если знать это, то можно смотреть на детское поведение с большим спокойствием.

Дети в этом возрасте с трудом понимают, что вообще происходит, и родители должны помогать им распознавать их потребности, проговаривать разные эмоции и, вместе с тем, устанавливать разумные границы.

Миф 2: Шлепки никому еще не навредили

Главная опасность заключается в том, что если вы встали на этот путь (применения дисциплинарных шлепков), вы с огромной вероятностью продолжите это делать и дальше. Со временем вы будете шлепать ребенка больше и сильнее, потому что прежние меры перестанут работать.

Родители могут думать, что когда они бьют ребенка, то он от этого начинает лучше себя вести. Но в действительности они только добиваются того, что ребенок научается хорошо прятать от родителей свое плохое поведение.

Дети начинают бояться родителя и, если что-то плохое действительно случится или они что-нибудь натворят, они не смогут обратиться к родителю за помощью и рассказать о своей проблеме из страха наказания.

Если вместо шлепанья родитель, расстроенный поведением или поступком ребенка, на собственном примере покажет, как успокоиться, и сможет объяснить, что именно пошло не так, для ребенка это станет очень полезным опытом.

Миф 3: У строгих родителей дети хорошо себя ведут

Когда авторитарные родители объясняют ребенку, почему ему что-то можно или нельзя, [фразой вроде «Потому что я так сказал!»](#), в итоге они могут добиться только того, что ребенок либо будет вести себя слишком боязливо, либо начнет бунтовать против всего подряд. Дисциплина и границы, которые помогают сохранять безопасность, важны, но говорить о них нужно так, чтобы ребенок чувствовал себя услышанным и понятым: «Так вы поможете ребенку открыто обсуждать с вами свои ошибки».

Миф 4: Согласиться с ребенком значит показать свою слабость и проиграть

Возможно, некоторым родителям кажется, что соглашаясь с ребенком, они не могут поддерживать дисциплину и определенные границы. Но фразы «Да, я понимаю, что тебе очень хочется пойти на эту вечеринку, но я не могу тебе этого разрешить» и «Нет, ты никуда не пойдешь, потому что я так сказала!» оказывают совершенно разный эффект.

В последнем случае у ребенка включаются защитные механизмы, и в конце концов он или она может начать ругаться с вами, перестать вас слышать и войти в состояние «бей или беги».

Миф 5: После первых трех лет мозг ребенка окончательно сформирован

Это ошибочное представление появилось из-за того, что вокруг везде пишут и говорят о том, насколько важны первые годы жизни ребенка. «Это не миф, что мозг вашего малыша растет очень быстро и значительная часть развития приходится на несколько первых лет, но это неправда, что за это время мозг сформировывается окончательно», — говорят эксперты.

Миф 6: Дети становятся гиперактивными от сахара

Это неправда, и по этому вопросу уже даже есть исследования, которые показывают, что дело не в сахаре, а в ожиданиях, которые родители транслируют ребенку.

Когда родители думают, что ребенок будет вести себя гиперактивно от сахара, так и происходит. Это называется самосбывающееся пророчество.

Однако это не значит, что много сахара — это хорошо для здоровья.

Миф 7: Ребенка нужно беречь от переживания утрат

Это сложный вопрос, и в целом лучше всего, если ребенку не придется столкнуться с утратами и сложными событиями, которые могут стать травматичными.

Но создавать иллюзию того, что ничего плохого не произошло, если в реальности что-то случилось, тоже неправильно. Неправильно скрывать от ребенка то, что он все равно рано или поздно узнает (может быть, случайно). Это только мешает ему выработать устойчивость к таким ситуациям и лишает возможности получить родительскую поддержку и любовь.

Важно быть честными в таких вопросах. Конечно, нужно внимательно отнестись к чувствам ребенка и объяснить, что случилось, чтобы у него не возникло нереалистичных фантазий.

Ребенок, который слышит, что его собака убежала вместо того, что собака умерла, может днями, неделями ожидать, что она вернется.

В такие моменты родители просто должны быть рядом и поддержкой помогать это пережить.

Миф 8: Все дети очень избирательны в еде

Многие дети будут казаться избирательными, особенно когда они пробуют новую пищу.

Новые продукты и блюда нужно предлагать детям несколько раз. Может быть придется сделать это 10 раз, а может и все 15 до того, как ребенок распробует и привыкнет к новому вкусу.

Если у вас получится сделать это так, чтобы это не было похоже на сражение, то и ребенку не будет казаться, что он должен постараться вас победить.

Есть еще один способ, как родители случайно могут сами поспособствовать детской избирательности. Если ребенок отказывается есть что-то, и родитель, из страха, что он оголодает, тут же дает ему, например, сладкие хлопья вместо здорового завтрака, ребенок может к этому привыкнуть и выучить, что нормальную еду можно не есть.

Миф 9: Дети прежде всего остального

Если вы приносите в жертву себя и свое ментальное здоровье ради ребенка, это на самом деле мешает его развитию.

Это как с кислородной маской: сначала вы заботитесь о себе, потому что иначе просто не сможете помочь другому.

Таким образом родитель показывает ребенку, что можно одновременно заботиться о себе и о других, и это не противоречащие друг другу установки.

Миф 10: Дети не должны видеть родительских конфликтов

Если вы все-таки конфликтуете, пусть ребенок видит, как нужно разрешать такие ситуации.

Это лучше, чем если они будут сидеть одни в другой комнате и не понимать, что вообще происходит за закрытыми дверями.

Еще лучше, если родители могут так хорошо контролировать свои эмоции, что конфликт выглядит как открытый диалог, и никто не переходит границ и не срывается. А скрывать от детей внутреннее напряжение и раздражение у родителей скорее всего не получится, потому что они все прекрасно чувствуют.

Миф 11: Детей нужно хвалить, от этого они становятся умнее

Хвалить нужно, но не за результат, а за то, что ребенок приложил усилие. Иначе, ребенок может продолжать делать только то, что у него получается хорошо, чтобы получать похвалу, и избегать нового и всего того, что получается хуже.

Миф 12: В этом опасном мире детям нужна безопасность

Дети, которым родители рассказали о базовых правилах безопасности, о заботе о себе и предоставили соответствующую их возрасту свободу, находятся в большей безопасности, чем дети, за которых обо всем до мельчайших потенциальных опасностей думают родители.

Миф 13: Вы станете такими же родителями, как ваши собственные

Все зависит оттого, насколько осознанно вы будете относиться к своему родительству.

Если у вас были авторитарные родители, которые часто прибегали к запугиваниям, и вы не проанализировали этого, и не подумали о том, а как бы вы хотели вести себя в сложных ситуациях, то вероятность, что вы выберете «привычный» стиль родительства, очень велика. Особнанность здесь решает все.

Миф 14: Родительство это естественный процесс, и этому не нужно учиться

Может казаться, что родители должны всегда знать, как правильно поступать, и это, конечно, не так. Родитель рождается вместе с рождением ребенка, и вы вместе будете расти и развиваться. Будете друг у друга учиться.

И нет ничего зазорного в том, что вы можете чего-то не понимать, обращаться за помощью и искать информацию по любым вопросам в источниках, которым вы доверяете.