## I:\Мои файлы\Из папки В единственном экземляре\Документы для моей практики\Раздаточный материал\Выбранные\ramka-12.jpg

# 4 главные ошибки родителей,

**которые дают пищу тревоге детей**

1. **Родители оправдывают все происходящее характером ребенка.** «Макс всегда был ужасно чувствительным», «Анна очень хорошая девочка. Она просто не умеет скрывать свои чувства», «Фил – мамин сынок; он всегда был таким. Ему нужно много ласки и постоянная поддержка, потому что он такой застенчивый и чувствительный». Очень важно сдерживать ребенка, который по характеру склонен к приключениям и риску; точно так же важно развивать силу в ребенке, который по характеру нерешителен и боязлив.
2. **Родители поддерживают слабость, а не силу ребенка.** Родители разрешают Алисе не спускать воду в туалете, потому что она боится шума воды. Денису дают наушники во время грозы, потому что он боится грома. Софью берут на руки, когда мимо проходит собака, так как она боится собак, и т.д. Это все равно, что давать ребенку костыли, когда ноги у него и так в полном порядке.
3. **Родители действуют, руководствуясь иррациональными представлениями ребенка.** Вот несомненный факт когнитивного развития детей: пока им не исполнилось как минимум десять лет, их мышление не направляется причинно-следственными связями реального мира. До этого возраста дети обитают в причудливом царстве выдумки, они по-настоящему боятся чудовищ, думают, что пугающая фигура из страшного сна может действительно причинить им вред; они могут бояться слива в туалете, стока в ванне, не хотят опускать лицо под воду. Родители покупают маленькие пульверизаторы и говорят детям, что это зелье, которое отпугивает чудовищ. Включают в комнате ночник, ставят тихую музыку, многократно уверяют ребенка, что они будут совсем рядом и еще зайдут к нему позже. Покупают украшения для унитаза, чтобы он был не таким страшным для ребенка. Таким образом родители подтверждают, что страхи ребенка не напрасны. Эффективные родители не идут наперекор своим знаниям и здравому смыслу и не руководствуются магическим мышлением и иррациональными выдумками детей.
4. **Родители дают ребенку различные предметы, которые должны рассеять его страхи.** Если ребенок боится идти в школу, родители часто дают ему с собой семейную фотографию. Если его что-то расстроит, он сможет посмотреть на фотографию. Это классический пример того, что мы даем детям костыли, вместо того чтобы научить их ходить самостоятельно. Дети становятся еще более боязливыми и неуверенными. Пока они прижимают к себе мягкие игрушки, льют слезы над семейными фотографиями, они вряд ли научатся полагаться на собственную внутреннюю силу. Дети не могут стать сильными, если вы не даете им возможности потренировать их внутренние «мускулы».

Б. Гросхэнс, Дж. Бертон - Когда дети садятся на шею.

Наведите в доме порядок!