**10 советов по воспитанию**
 ***от автора книги Робина  Бермана:***

 **«Баловать нельзя контролировать. Как воспитать счастливого ребёнка»**

1**.Не стоит пытаться дружить с ребенком**
 «Мы – поколение угодливых родителей, которыми помыкают собственные дети», — слова автора. Робин утверждает, что ребенку в лице родителя важно видеть не друга, а авторитета, лидера, наставника, который может поддержать и помочь. А еще он может твердо запретить и не потакать капризам, уважая чувства и потребности ребенка.

**2.Твердое «нет»**
Ребенку нужны четкие границы, которые смогут регулировать его поведение. При этом важно то, что малыш «имеет право на любые чувства, но не на любое поведение». Задание родителя учить и вдохновлять, но не стыдить и не наказывать. При этом родительское «нет» должно быть законом. Оно должно значить «нет однозначно», а не «возможно».

**3.Дайте возможность ребенку получать опыт**
 Полезно несколько раз упасть, разбить колено, проиграть, что-то поломать, чтобы научиться самостоятельно переживать негативные эмоции и разочарование. Если к ребенку относиться как к хрустальной вазе, он вырастет слишком хрупким и неприспособленным к суровой жизни.

**4. Хвалите в меру**
Будьте искренними в своей похвале. Хвалите только за настоящие заслуги и старания. Все должно быть в меру. Дети, которых слишком часто и за любую мелочь хвалили в детстве, опускают руки перед трудностями, не воспринимают критику и зависят от чужого мнения.

**5.Повзрослейте сами**
Ничто так не бьет по психике детей, как эмоциональная незрелость родителей. «Станьте таким родителем, о котором всю жизнь мечтали, – сначала для себя самого, а потом и для детей», – советует Берман.

**6.Следите за своей речью**
В первые годы жизни ребенок не может отличить реальность от вымысла. Поэтому все ваши слова воспринимаются ребенком как истина. Если его называть непослушным, несносным, ленивым и пр., он скорее всего вам поверит и таким и будет. «Эти слова окажутся встроены в его личность раньше, чем он сможет задаться вопросом, правда это или ложь», – пишет Робин Берман.

**7.Разрешите ребенку побыть ребенком**
 Не торопите его повзрослеть. Не загружайте занятиями и секциями. Детям некогда скучать – и в этом кроется проблема. «Скука – кладезь возможностей, – пишет Берман. – Как дети смогут разобраться в себе, если у них нет времени побыть наедине с собой?» Ни один кружок не заменит теплого семейного общения с ребенком!

**8.Семейные традиции — ваше все!**
Семейные ужины, совместные просмотры фильмов и приготовление еды, поездки… Все это – основа базовой безопасности, та самая почва, которая будет поддерживать ребенка всю жизнь. «Ребенок с ясным ощущением “мы” становится способен развить в себе четкое понимание своего Я».

**9.Честность и последовательность**
Для того чтобы воспитание было успешным, чтобы контакт с ребенком был тесным, ребенок должен вам верить. А этого можно достичь, только если быть с ним честным.

**10.Меньше текста**
«Говорите меньше, сужайте пространство выбора, выбирайте простые формулировки» для того, чтобы ребенку было проще понять вас.