**О родительском авторитете**

Как стать для детей авторитетом? Таким вопросом задаются многие родители. Родительский авторитет, состоящий из любви к ребёнку, его принятия, понимания, уважения, из правил и традиций, не появляется просто так. Его нельзя купить «вкусняшками», игрушками, телефонами, он бесценен.

Чтобы проверить, насколько вы авторитетны, ответьте на вопросы: Доверяет ли чадо вам свои секреты? Прислушивается ли он к вашим советам? Выполняет ли просьбы? Просит ли прощения за проступки? Обращается ли к вам за помощью в трудных ситуациях? Если на все вопросы ответ утвердительный, к счастью, вы знаете подход к ребёнку и являетесь его другом и наставником. Если не удалось получить положительные ответы на некоторые из вопросов, стоит задуматься о том, что же ценно для ребенка в вас…



Быть примером для детей, чтобы они ценили вас и уважали, поступались своими желаниями – задача сложная, но выполнимая. Это как заслужить медаль за хорошее воспитание сына или дочери. **Для того чтобы заработать авторитет, необходимо:**

1.   С раннего детства объяснять ребенку, что такое «хорошо» и «плохо», воспитывать любовь к ближним, доброту, великодушие, сострадание, миролюбие, терпение, преданность, честность, справедливость, инициативность, целеустремленность, мужество и многие другие общечеловеческие ценности в нем.

2.   Видеть и принимать в ребёнке личность. Это значит учитывать его мнение, советоваться с ним, дать ему свободу выбора в определенном поле: какую музыку слушать, какие книги читать, сколько времени уделить поручениям по дому или подготовке к урокам, на какую секцию записаться, в какой институт поступить. Если вам это дается с трудом, ну что ж, тогда можно сделать так, как хотите вы, но при этом нужно создать у него ощущение того, что он был автором решения, например, «Ты сделаешь уроки сейчас или отдохнешь полчасика?», «Ты будешь сейчас заниматься письмом или чтением?» Кроме того, не бойтесь принимать коллективные решения на семейном совете по любым вопросам, особенно по поводу совместного отдыха и времяпрепровождения.

3.   Увлечь, заинтересовать, вести чадо за собой, быть заводилой и генератором идей. Это возможно при условии, если вы любознательны и активны, являетесь разносторонней личностью. Не ленитесь читать разную литературу, открывать для себя новые хобби, заводить семейные традиции. Общие дела, в свою очередь, рождают совместные цели, планы и переживания.



4.   Быть в курсе дел своих детей, знать об интересах, желаниях, друзьях и т.д. Но не стоит шпионить, переусердствовать с расспросами.

5.   Мотивировать отказ. Например, была договоренность пойти на прогулку в 11 часов, но ребёнок просит сделать это позже. Объясните, в силу каких обстоятельств это невозможно, например, на это время запланированы другие дела и т.д.

6.   Повременить с наказаниями. Важным является осознание детьми степени тяжести совершенно­го проступка. Вместо того, чтобы повысить голос, лучше спокой­но проанализировать ситуацию и предъявить требования.

7.   Воздерживаться от эмоциональных всплесков (криков, колких слов, обидных ярлыков и т.п.). Спокойное и сдержанное высказывание имеет больше шансов быть услышанным. Ежедневные крики неизбежно вызовут у ребёнка чувство своей неполноценности или неуважения к вам. Чтобы сдержаться, стоит попробовать выйти из комнаты, позвонить, включить успокаивающую музыку, сделать несколько глубоких вздохов, выполнить физические упражнения, принять душ, сесть, закрыть глаза и представить себе, что вы находитесь в каком-нибудь приятном месте.

8.   Не отвечать агрессией на агрессию. Лучше переключить внимание ребёнка, например, пошутить или проявить заботу. Он злится, кричит, а вы неожиданно спросите: « А давай попьем ароматного чая или почитаем твою любимую книжку вместе?». Такой подход обезоруживает «колючих» детей.

9.   Иметь в активе ряд дисциплинарных мер и сохранять твердость доводить их до конца. Последствия этих мер должны быть неприятны, чтобы ребёнок сам стремился подчиниться воле родителя (например, «тайм-аут», «отсроченное наказание» и другое).

10.   Уме­ть прощать и просить прощение, при этом не бояться критики со стороны своих детей. Они не начнут извиняться, если не научатся этому у своих родителей.

11.   Держать свое слово и учить этому ребёнка. Нужно терпеливо и последовательно добиваться от него выполнения поручений. Нельзя, чтобы у него закрепилась привычка игнорировать ваши слова, просьбы. Но при этом важно учить договариваться и идти на компромиссы. Например, вы несколько раз позвали ребенка за стол, а он не обращает внимания, потому что увлечен игрой. Спокойно подойдите к нему, посмотрите на него добрым взглядом, возьмите за руку и по дороге на кухню скажите, что у него будет возможность продолжить игру после приема пищи.

12.   Проявлять терпение и настойчивость при введении и соблюдении правил, например: едим только на кухне, играем в чистой комнате и др. При этом помните, что правила, выработанные совместно и распространяющиеся на всех членов семьи без исключения, вызывают у детей больше энтузиазма.

13.   Быть вежливым, тактичным, сдержанным и позитивным по отношению к жене (мужу), уметь выслушать сторону, не критиковать друг друга, особенно в присутствии детей. Авторитет держится на уважении к каждому члену семьи.

14.   Быть со своими детьми на одной волне. Вместо того, чтобы упрекнуть чадо, постарайтесь понять причины поведения. Поддержите его, погладьте, подбодрите добрым словом. Он должен понимать, что семья всегда его поддержит в сложных жизненных обстоятельствах.

##### Рекомендации подготовлены специалистами [ГУ РК "РПМСЦ "Образование и здоровье"](https://vk.com/club130953791)  г.Сыктывкар.

