

ПРО ТО, КАКОЙ СЛЕД МЫ ОСТАВЛЯЕМ В ЖИЗНИ НАШИХ ДЕТЕЙ

Задумывались ли вы КАКОЕ наследие передадите своим детям: о том, что именно мы передаём детям в наших словах, реакциях, отношениях и способах справляться с жизнью - и что мы можем изменить, пока ещё есть время?

И это может быть труднее, потому что это не про видимые усилия и результаты, а про повседневную жизнь, про стиль общения каждый день. То, что не выпячивается, остаётся фоном.

Иногда родителям кажется, что для трансляции этих ценностей нужны назидательные разговоры. На самом деле - нужно отрефлексировать, что мы сами делаем и говорим.

Например

- ✓ Как реагируем на ошибку ребенка: *«Немедленно исправь! Я от тебя этого не ожидала».*
Или: *«Ну что, бывает.... Давай посмотрим, что можно сделать сейчас».*
- ✓ Когда ребёнок злится: *«Перестань, не смей!»*
Или: *«Тебя это очень разозлило. Я понимаю, но я тебе скажу, что не позволю обижать другого человека».*
- ✓ Когда ребенок получил плохую оценку: *«Недотёпа! Надо стараться! Сегодня не получишь гаджет!»*
Или: *«А ты сам как чувствуешь? Ты понял, за что тебе снизили балл?»*
- ✓ Когда ребёнок хочет самостоятельности: *«Я могу не соглашаться с твоим выбором, но хочу понять, почему он важен для тебя».*

- ✓ Когда он сравнивает себя с другими: *«Тебе не нужно быть похожим на кого-то. Ты ценен и уникален сам по себе».*

Однажды ребёнок станет взрослым и уйдет из дома. У него будет своя жизнь, свои решения, свои ошибки, свои отношения. И в трудный момент рядом с ним может уже не оказаться родителей. Но внутри него останется то, что они когда-то передали. Голос, который скажет:

- *Давай. Попробуй. Ты справишься.*
- *Тебе не нужно быть идеальным, чтобы тебя любили.*
- *Ты можешь ошибиться и начать сначала.*

И это наследие будет согревать, ободрять и поддерживать его всю жизнь. Родительское наследие создаётся не когда-нибудь потом. Оно создаётся СЕГОДНЯ.

