**Как требовать с детей и не потерять их доверие**

Часто мы боимся быть требовательными к детям. Боимся потерять с ними контакт, боимся увидеть обиду с их стороны, боимся, что своими руками возведем стену непонимания между собой и ребенком.

Поэтому предпочитаем быть всепрощающими, понимающими, жалеющими. Зачастую эти «добросердечные» качества идут в ущерб самому ребенку. Он не исполняет своих обязанностей по дому, не следует режиму дня, плохо учится, не уважителен со старшими…

Проявляя требовательность к ребенку, мы опасаемся ухудшения отношений с ним, потерю контакта. Но, контакт с ребенком никуда не исчезает. Исчезает прежнее отношение ребенка к маме. Он начинает ей показывать, что не доволен ее требовательностью и строгостью. «Раз ты со мной так, то и я с тобою так. Слушаться не буду, и ты знай, что сама в этом виновата». Ребенок вешает на маму чувство вины и мамы начинают корить себя ухудшением отношений с ребенком. А это элементарная манипуляция и шантаж со стороны сына или дочери.  
   
**Предпосылки к нововведениям**

Если мама сквозь пальцы смотрит на все «деяния» своего отпрыска, позволяя ему все, а потом неожиданно становится требовательной к нему, что она может увидеть со стороны своего непослушного чада? Сначала удивление, а потом саботаж всех своих требований.

*Нельзя стать требовательным к ребенку в одночасье. К этому должны быть предпосылки*. Ребенок должен понимать, что ему не выгодно с мамой ссориться, идти с ней на конфронтацию.

Мы не будем касаться финансового аспекта (лишения карманных денег или дорогих покупок), и рассмотрим иные варианты воздействия на ребенка.  
   
**Родительский авторитет**

Семьей управляют взрослые, просто потому, что они старше. Это они диктуют законы, по которым живет семья. Это они определяют, «что такое хорошо и что такое плохо*». Если семьей управляет ребенок, если жизнь семьи подчинена укладу жизни ребенка, то ни о каком родительском авторитете говорить мы не можем и, следовательно, предъявлять требования к маленькому «деспоту» бессмысленно.*

Изменив уклад семьи, правильно расставив жизненные приоритеты, подняв родительский авторитет в глазах ребенка, можно постепенно начинать что-то требовать от него.

Поначалу каждое требование-просьбу нужно объяснять, зачем и почему это надо делать. «Я прошу тебя после улицы мыть свою обувь. Иначе тебе придется вытирать грязные разводы на полу». «Когда мама тебя зовет, нужно сразу к ней подходить. Так принято в нашей семье»…

Через некоторое время можно объяснительную часть предложения убрать и оставить только просьбу-требование. «Пожалуйста, убери игрушки в ящик», «Сядь за уроки», «Надень теплый шарф».  
   
**Повышение рейтинга родителей в глазах ребенка**

Как только мы стали больше требовать с ребенка, мы должны ему больше давать в человеческом и душевном плане. Родители должны быть интересны для ребенка. Он должен получать от них массу положительных эмоций. Для этого папа и мама должны быть веселыми, открытыми, энергичными и живыми. Такими, чтобы ребенку было интересно проводить с ними время: вместе кататься на роликах, лепить снежную бабу, слушать музыку и говорить «за жизнь»… *Чем больше общих занятий, тем больше доверие ребенка к родителям, тем выше их авторитет и тем проще с ребенка что-то требовать.*   
**К семи позитивам – одно требование**

Ребенок игнорирует требования родителей, когда взрослые много требуют и мало что дают. *Позитив, исходящий от родителей, должен в несколько раз перевешивать их требовательность*. Если ребенок весело и продуктивно провел с родителями весь день, то просьбу родителей разобраться в своем шкафу и аккуратно сложить вещи, он воспримет спокойно, это не вызовет в нем никаких негативных эмоций.

Если сын или дочь весь день слышат от родителей «Сделай то и сделай это. Какой ты медлительный и бестолковый…», то, скорее всего ребенок на очередное родительское требование разобраться в шкафу никак не отреагирует.  
   
**Обоснованная требовательность**

Требовательность бывает разной, и плохой и хорошей. Если она ничем не подкреплена и не мотивирована, этакий армейский вариант: «Я сказал, ты пошел и сделал», это плохо. И кроме негатива со стороны ребенка нечего не вызовет. Если это разумная, обоснованная требовательность, базирующаяся на любви, заботе, то ребенок это будет понимать и спокойно к ней относиться.  
***Важно, как взрослый общается с ребенком, в какой форме протекает общение. Вот несколько простых правил:***

- Дети должны знать, если родители просят что-то сделать, то они это - выполняют тут же, без «обещательных» форм: «Потом»,.. «Когда освобожусь»,.. «Если будет время»…

- Пусть ребенок знает, что в его семье норма – взрослый зовет, ребенок подходит, взрослый говорит, он слушает. Если на собственном опыте сын или дочь многократно убедились, что пока взрослый не скажет все, что хотел, иных действий не будет, то он будет стоять и слушать.

-Если ребенок еще мал и позволяет себе не слушаться, убегает, закрывает уши руками, взрослый спокойно ждет, пока малыш не перестанет это делать и начнет  слушать.

- Родители зовут детей не только затем, чтобы «вправить мозги», но и для того, чтобы сообщить приятную новость, нечто со знаком «плюс»: сказать о предстоящей прогулке, что скоро придет папа, что к обеду куплены вкусные пирожные… Важно, чтобы ребенок, подходя на зов мамы и папы, не знал, что его непременно ожидает нечто негативное.  
   
**Игра «Меняемся ролями»**

Если ребенок в силу возраста или каких-то иных причин не осознает, зачем нужна строгость и требовательность, то можно с ним поиграть в игру, поменявшись ролями. Он на день становится родителем с определенным набором обязанностей (покормить ребенка, сделать с ним уроки, спать уложить…). А вы становитесь детьми. Пусть дочки и сыночки на собственной шкуре попробуют воздействовать на маленького папу или маленькую маму, обойдясь без строгости.  
   
**Доверие ребенка – это святое**

Важно помнить, если ребенок вам открыт и доверяет свои тайны, то нельзя этой информацией пользоваться в корыстных целях, добиваясь от него послушания. Нельзя шантажировать и упрекать его. «Игорь правильно сделал, что с тобой больше не дружит. Ты слово держать не умеешь. Я просил тебя больше не брать мои инструменты, а ты своего обещания не сдержал».  
   
**Зачем нужна требовательность?**

Требуя что-то от ребенка, мы вводим в некие рамки его существование, заставляем его подчиняться определенным законам, принятым в семье. Во-первых, это облегчает жизнь родителям. Когда все идет как надо, это здорово упрощает жизнь всем участникам, отнимает меньше сил и времени. Во-вторых, это нужно ребенку. Его жизнь упорядочена. Он не мается вопросом: «А что мне делать?» Есть режим дня, есть понятия, что можно и что нельзя. В-третьих, знакомя детей с требованиями и требовательностью, родители готовят их к взрослой жизни. Вводят понятия, без которых не выстроить успешную карьеру.  
   
**Родительские опасения**

Зачастую папы и мамы опасаются, что, когда дети выйдут из-под их контроля, то пустятся «во все тяжкие». Когда рядом нет привычного семейного уклада, размеренного режима дня, того, кто контролирует и требует, когда нет давления сверху, юное поколение начинает нарушать все, что родители им внушали, и наверстывают то, что долгие годы было под запретом.

Но даже если это случится, ничего страшного в этом нет. Это продлится, какой-то промежуток времени, ребенок насладится «свободой», а потом поймет, что ему дискомфортно жить в подобных условиях, он все же привык другому, и скорее всего он уже самостоятельно наладит свою жизнь в привычном для него русле, потому что ему так удобно, он так привык. Бум вседозволенности и беспорядка пройдет, если в ребенке заложены правильные жизненные ориентиры и ценности, если он понимает и принимает необходимость некоторых ограничений.

***Обязанность родителей – заложить эти ценности, а без требовательности сделать это невозможно. И чем раньше вы начнете проявлять требовательность, тем выше шансы*** ***вырастить себе достойного и ответственного помощника.***  
 