**«Родительская слабость»**

Все родители совершают ошибки: кто-то делает их по незнанию, кто-то — из лучших побуждений. Виктория Прудэй, специалист по воспитанию и развитию детей, отмечает некоторые «родительские слабости».

**Дети получают все, что они хотят, и когда они хотят**

«Я голоден!» — «Через секунду я куплю тебе что-то перекусить», «Я хочу пить!» — «Вот автомат с напитками», «Мне скучно!» — «Поиграй с моим телефоном!» Способность откладывать удовлетворение является одним из ключевых факторов для будущего успеха. У нас самые лучшие намерения — сделать наших детей счастливыми, но, к сожалению, мы делаем их счастливыми только в данный момент, и несчастными в долгосрочной перспективе.

*Умение отложить удовлетворение означает способность функционировать в условиях стресса. Наши дети постепенно становятся все менее подготовленными к борьбе даже с незначительными стрессовыми ситуациями, которые в конечном итоге становятся огромными препятствиями для их успеха в жизни.*

**Дети правят миром**

Родители часто говорят: «Мой сын не любит овощи», «Она не любит рано ложиться спать», «Он не любит завтракать», «Она не любит игрушки, но ей нужны только игры в смартфоне», «Он не хочет одеваться сам», «Она ленится есть сама». Какую пользу мы им приносим, давая им то, что они хотят, если мы знаем, что это нехорошо для них? [Без правильного питания](http://www.kanal-o.ru/parents/9175)и здорового ночного сна наши дети придут в детский сад раздраженные, беспокойные и невнимательные.

*Кроме того, мы доносим до них неправильную мысль. Они узнают, что могут делать то, что они хотят, и не делать то, что они не хотят. Понятие «нужно делать» отсутствует. К сожалению, для того, чтобы достичь своих целей в жизни, мы должны делать то, что необходимо, и это не всегда то, что нам нравится делать.*

**Что же делать?**

**Тренируйте способность откладывать удовольствие**

Дайте им возможность подождать! Объясните ребенку, что [скука — это нормально](http://www.kanal-o.ru/parents/9245). Во время скуки часто рождаются самые креативные идеи. Постепенно увеличивайте время ожидания между «я хочу» и «я получаю». Избегайте использования гаджетов в автомобилях и ресторанах — вместо этого научите их ждать, беседуя и играя. Ограничьте количество постоянных перекусов.

**Не бойтесь устанавливать рамки**

Детям необходимы ограничения, чтобы расти счастливыми и здоровыми! Составьте расписание времени приема пищи, времени сна, времени для гаджетов. Подумайте о том, что ХОРОШО для них, а не о том, чего они ХОТЯТ / НЕ ХОТЯТ. Позже они скажут вам за это спасибо. Воспитание детей — это тяжелая работа. Вы должны быть креативными, чтобы заставить их делать то, что для них хорошо, потому что большую часть времени это будет полной противоположностью тому, чего они хотят.



Подготовила:

Учитель- дефектолог Михайлова А.П.