

# Как стать идеальным примером для ребенка

*Для маленьких детей родители – это целый мир. От них малыши получают любовь, заботу, поддержку, но также – некую «ролевую модель» для подражания. Как же стать идеальной «ролевой моделью»? подумаем вместе.*

## ТРАНСЛИРУЙТЕ СВОИ ЭМОЦИИ

Многим взрослым свойственно ошибочно полагать, что по их реакции окружающие должны понимать, чего они хотят. Не думайте, что кто-то, кроме вас, знает, что вы чувствуете. Не только не знают – они и не обязаны знать. Это ваша задача – донести до окружающих свои чувства так, чтобы они поняли. Транслируя, то есть, переводя в слова свои эмоции, вы учите своего ребенка поступать так же.

## УЧИТЕСЬ ИЗВИНЯТЬСЯ

Часто родители не считают нужным извиняться перед детьми за свои промахи. Извиняясь за свои «проступки», вы учите ребенка с уважением относиться к чувствам другого человека.

## ПОКАЗЫВАЙТЕ, КАК ВЫ СТРОИТЕ ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ

В российской культуре, не принято показывать какие бы то ни было аспекты супружеской жизни детям. А зря – именно глядя на вас, на родителей, малыши формируют «фундамент» своего будущего брака и отношений со своей второй половиной. Ребенок должен видеть, что мама и папа могут обижаться друг на друга. Это не значит, что стоит «режиссировать» ссоры и примирения. Просто заранее договоритесь с супругом, что небольшие конфликты можно улаживать в присутствии детей.

## УДЕЛЯЙТЕ ВРЕМЯ СЕБЕ И СВОЕМУ СУПРУГУ

Вашему ребенку полезно знать, что ваша жизнь не начинается с него и не заканчивается на нем. Если вы не работаете, найдите себе хобби. Если работаете – позволяйте себе с удовольствием заниматься любимым делом, не испытывая чувства вины. Но важно не забывать о совместном семейной досуге.

