**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАКИМ ДОЛЖЕН БЫТЬ РОДИТЕЛЬСКИЙ АВТОРИТЕТ»**

Существует несколько базовых правил, следуя которым с самого начала, можно сформировать собственный авторитет в глазах своего ребенка.

1. Помните, что слагаемых родительского авторитета очень много: отношения в семье, мнение родителей друг о друге, мнение родителей о других родственниках и друзьях, поступки родителей, отношение родителей к людям вообще и к близким людям в частности, отношение родителей к ребенку и его друзьям.
2. Будьте естественны перед своим ребенком, ведь дети чувствуют «игру».
3. Будьте открыты перед ребенком, доверяйте ему (даже в мелочах) – и тогда ребенок тоже будет доверять Вам. А доверие ребенка – очень важная составляющая авторитета.
4. Не требуйте от ребенка идеальности, а донесите до него, что ошибки могут совершать все, и у всех имеется право на ошибку. В том числе и у Вас самих. Тогда малыш не будет бояться рассказывать Вам о каких-то своих неблаговидных поступках.
5. Не наказывайте ребенка, какую бы ошибку он не совершил – сделайте так, чтобы он САМ осознал степень своей вины. Проанализируйте вместе с ним ситуацию, пусть он сам, где был не прав и подумает, что можно было бы сделать в данной ситуации и как исправить сложившееся положение.
6. Вы должны быть примером своих слов для ребенка. Например, если Вы говорите о пользе чтения классики – на Вашей тумбочке тоже должны быть не глянцевые журналы. А если Вы говорите о вреде курения – сами бросьте курить. А если даже Вы сорветесь – см. пункт 4. Тогда ребенок сам поможет Вам справиться с собой, не теряя при этом доверия к Вам.
7. Умейте просить прощения и прощать других за их ошибки. Если ребенок будет видеть, что Вы, совершив неблаговидный поступок, просите прощения – у супруга, родственника или даже у него самого – ему будет проще попросить прощения, когда это будет необходимо.
8. Не бойтесь критики со стороны своих детей – тогда Вы покажете им, что не только взрослые имеют право иметь свое мнение и критиковать других.
9. Не критикуйте в жесткой форме друзей своего ребенка, иначе он может озлобиться, а Вы потеряете его доверие. Если у Вас имеются сомнения в том, что это достойные люди – пообщайтесь с ними, пусть ребенок пригласит их к Вам домой, чтобы пообщаться всем вместе. Если Ваши сомнения не развеялись, а только укрепились – можете ненавязчиво сказать об этом ребенку, но выбор друзей все равно останется за ним. Если Ваши опасения не беспочвенны – все равно, рано или поздно, это откроется, и дружба распадется – но без Вашего участия.
10. Интересуйтесь жизнью ребенка и ни в коем случае не критикуйте ее. Если Вас приводит в ужас музыка, которую слушает Ваш сын, скажите, что-то вроде: «Мне это непривычно. А что тебе нравится в этой музыке?». Если Вы падаете в обморок от его пирсинга, попросите объяснить, что в этом «прикольного» — возможно, Вы просто чего-то «не понимаете».
11. Не угрожайте своему ребенку и не оскорбляйте его – все это не сыграет положительную роль в формировании Вашего авторитета перед ним.
12. Привлекайте детей к обсуждению важных семейных вопросов – они должны чувствовать, что их мнение учитывается. Да и вообще, старайтесь проводить с детьми как можно больше своего свободного времени. Они это оценят!

**Фразы, которые не стоит часто употреблять, действия, которые нанесут больше вреда, чем пользы:**

1. ***«Нельзя».*** Если постоянно жаловаться, наши жалобы перестанут воспринимать всерьез, если ребенку постоянно все запрещать, то веское «Нельзя!» потеряет всякую силу. Да и к чему ставить перед подростком одну стену за другой? Неужели нет иных способов донести до него вашу мысль, нежели на каждом шагу все запрещать?
2. ***«Потому что я так сказал(а)!»*** Это не аргумент, и ребенок это понимает. И его страшно раздражает этот факт. О каком авторитете может идти речь, если вы собственные запреты, выводы и наставления не можете убедительно аргументировать, без криков, перехода на личности и упрямого «Потому что Я так сказала»?
3. ***«Истерики, ультиматумы, шантаж».*** Нечестные приемы любого скандала. Истериками вы пытаетесь воздействовать на чувство вины. Ультиматумом искусственно создаете необходимость жесткого и порой жестокого выбора. Шантажом вынуждаете сделать все так, как вы хотите. Все вместе – это манипуляция, одна из самых главных причин, по которой мужья бросают жен, а дети при первой же возможности перебираются в студенческое общежитие или на съемную квартиру.
4. ***«Домашний арест».*** Лишение воли и свободы передвижения любым человеком воспринимается болезненно, а подростком – подавно. Чего вы хотите добиться домашним арестом? Ребенок не одумается, не пересмотрит неприятную вам точку зрения, а лишь укрепит свои позиции. В конце концов, они убегут на свои свидания-дискотеки, и каждый останется при своем мнении. Разве что взаимное недовольство станет острее.
5. ***«Лишение самостоятельности».*** Ребенок хочет в летний лагерь? В университет в другом городе? В студенческое общежитие? Он хочет самостоятельности, и держать его возле себя уверениями в неприспособленности к жизни страшно глупо. Чем сильнее желание вырваться на свободу, тем отчетливее сигнал: вам надо ослабить тиски.
6. ***«Решение всех проблем»*** В школе двойка? Мама все уладит. Провалил экзамены в институт? Папа позвонит «кому надо». Хочется карманных денег и самостоятельности? Сейчас пристроим по знакомству в одно отличное местечко. Такой способ воспитания порождает занятных личностей – с одной стороны, они абсолютно беспомощны, с другой – убеждены в своей исключительности.

**Иссточник:**

1. <http://apcspsid.ru/media/2019/12/19/1265235821/psixologich.pdf>
2. <https://kletskdon.ru/roditelskij-avtoritet-kak-zavoevat-i-ne-poterjat/>