# Как сделать семью счастливой: ценные советы эксперта



Семья – это самое волшебное, что есть на земле, и здесь важны два человека: муж и жена. Только на вашем собственном примере, вы воспитаете потрясающе волшебных детей.

Поговорим о том, как сделать семью счастливой, частью своего волшебного пространства. Мы отобрали самые важные рекомендации по вопросам семейного счастья:

### Совет 1. Отчего ребенок перестает вас слышать

Сразу оговорюсь, мне не нравится слово «воспитывать». В нашей семье дети смотрят на родителей, которые безумно любят друг друга, и знают, что в мире есть самое классное чувство - любовь мужа к жене и жены к мужу. На этом примере они и растут. И это главное, что требуется.

Бесполезно кричать и заставлять ребенка. Обращая внимание на эту энергию, вы лишь усиливаете ее, и не стоит удивляться, что она подталкивает ребенка к тому поведению, которое вы не приемлете.

Роль родителя состоит в том, чтобы направлять ребенка своим примером. Дети очень здорово чувствуют все, что чувствуете вы на самом деле. Например, если мама хочет устроить личную жизнь дочки и говорит о любви, а сама при этом страдает и не любит мужа, очевидно, что результат будет далек от желаемого.

Я не ставлю рамок и позволяю детям проживать жизнь, вынося из этого собственный опыт. Я отрезала пуповину с самого рождения, и хоть я безумно люблю их, я хочу, чтобы они сами действовали, выбирали и жили. Но с другой стороны они всегда знают, что им есть, куда обратиться за помощью, что их любят и всегда поддержат. Поначалу было сложно, но это того стоит. Предоставляя им свободу и свое доверие, вы помогаете им подготовиться ко взрослой жизни.

Ребенок перестает вас слышать, как только вы начинаете что-то навязывать. Это тупик. Поэтому начинайте с себя, любите своих детей, но позволяйте прожить им свой опыт и в том числе – совершить свои ошибки, а затем извлечь из них урок.

Я люблю свою семью. Мы многое прожили, но все это – опыт. Не важно, что было в ваших отношениях, важно, чтобы вы оставались выше ревности, обид и прочих эмоций. Ведь не так важно, что вы сделали, сколько то, что именно вы поняли из этого опыта, и как это вас сблизило.

Семья – это самое волшебное, что есть на земле, и здесь важны два человека: муж и жена. Только на вашем собственном примере, вы воспитаете потрясающих и волшебных детей.



### Совет 2. Поменяйте тревогу на любовь

Едва ли найдется мама, которая ни разу не испытывала страх за своего ребенка, за его оценки, отношения с друзьями или будущее. Что же это за игра? Переживания – это тоже действие. И, согласитесь, довольно простое, по сравнению с реальными действиями. Нам кажется: поволновался, побеспокоился, вот, вроде бы, и внес свой вклад в то, чтобы все устроилось хорошо.

Нам кажется, что так поступать гораздо легче, чем взять на себя ответственность и заниматься собой, выступая для детей примером и позволяя им сделать свой выбор. Но ведь переделать мы никого не сможем, как и заставить… Только развивая себя, вы создадите ту энергию семьи, ту атмосферу, где ребенок сам увидит и почувствует, что ему нужно... без ваших переживаний и усилий! Таков мой выбор, а ваш?

Когда вы любите, все вокруг еще больше расширяет в вас это ощущение!!! Дети еще больше показывают вам нежность вашего мужчины, их проблемы – его силу, их секреты – его покровительство. Вся семья – это олицетворение вашей силы, нежности и любви, в каждой секунде вашего существования!

### Совет 3. Ребенок желает, чтобы ему верили

До девяти лет идет формирование физического тела через взаимодействие ребенка и его вселенной. Ребенок сохраняет состояния любви, беззаботности, постоянной Игры. В этот период ребенку не надо ничего запрещать, он идет своей дорогой, набивая по пути шишки. Он пойдет на горшок, когда будет готов к этому. В обратном случае запретами и криками вы разорвете ниточку, которая гармонично соединяет ребенка и вселенную. Он сам знает, когда и что ему делать. Мама в это время поддерживает во всем ребенка, оберегает и любит его. Мама доверяет ему, как самой себе, ведь именно этот малыш выбрал ее своей мамой.

Случается так, что громко крича в садике, воспитатели ругают малыша, отчитывают за плохое воспитание маму, которая тут же начинает ругать своего малыша. Малыш отстраняется от мамы и смотрит на нее глазами, полными слез. Он так ей доверял, а она слушает какую-то чужую тетю.

Мы читаем книги, слушаем психологов, и очень хочется обратить внимание на то, что необходимо задуматься над очень важным вопросом: «А когда мы будем слушать собственного ребенка?»

Посмотрите на своего ребенка, как на личность, которая пришла именно к Вам. Не ограничивайте возможности для творчества.

Почему мамы решили, что для всех малышей нужен одинаковый подход, который описывается в книжках?

Хочется привести слова одного моего очень хорошего теперь знакомого Сантоша Тумадина Канна:

«Если вам будет казаться, что ребенку ничего не интересно, найдите еще больше мест, где он сможет раскрыться. Ищите даже в тех местах, которые вам и в голову не приходили, и тогда, когда ваш ребенок подрастет, не будет вопросов, куда его направить; нужно будет только благословить и отпустить».

### Совет 4. Вместо запрета – выбор

Возраст до трех лет позволяет ребенку насладиться окружением, он очень важен для дальнейшей жизни, которая будет преподносить много подарков, исполнения всех желаний, мечты. Если ребенок прожил первые три года жизни в полном позволении, если не отучился принимать дары, внимание и все самое лучшее в жизни, то и в будущем все будет складываться благополучно.

Это фраза «Я хочу» - желания, которые сбываются. Она очень важна для любого вашего запроса и просьбы. Другими словами: «Я выражаю свое намерение». Они равны по силе исполнения. Ребенок сам регулирует эти процессы, и, если мы вмешиваемся в один из них по указке автора книги или наставника, мы не дадим завершиться набору определенных рефлексов, и в будущем это скажется на невыраженности какого-либо рефлекса или внимания.

Мы рождены Ангелами и мы рождаем Ангелов: разве этого недостаточно для счастья и здоровья малыша?  
Разрешите своему малышу быть им, не наказывайте и не запрещайте, любите его и благодарите его за его вселенскую мудрость.

### Совет 5. Освободи энергию

И еще один важный момент... Дети, наши всеми любимые и прекрасные, бывают для нас самыми непослушными существами на свете. И мы им говорим: это не делай, то не делай. А теперь представьте, что у них скопилось много энергии, которую они хотят выпустить, а им говорят «нельзя». Что же делать? Нас самих научили делать только то, что можно, но не научили, куда и как высвобождать скопившуюся энергию. И в результатеформируется запас подавленных эмоций. Хотите ли вы этого для своего ребенка?

Даже в самом радикальном случае есть выход. Это выбор. Например, ребенок хочет бить посуду… Скажите ему, что именно посуду он разбить не может, но следом расскажите ему, как выпустить из себя то, что мешает. Предложите ему выбор, дайте что-либо взамен. И тогда вы избежите создания блокировок, которые с возрастом будут усложняться. И семья ваша будет самой счастливой! За свое счастье необходимо бороться каждый день, а оно этого стоит.