**Консультация для родителей**

**«ГДЕ ВЗЯТЬ ТЕРПЕНИЕ?»**

На самом деле его нигде не надо брать. Ведь дело не в том, как ведёт себя ребёнок (хорошо-плохо), а в том, как сами мы реагируем на происходящее, в частности, на его поведение.

 «Никакого терпения с ним не хватит!» — восклицают почти все родители. На самом же деле у вас ровно столько терпения, сколько вы позволяете себе иметь. Поясним. Вы решили (и надеетесь на это), что малыш заснёт за тридцать минут. Но вот тридцать минут прошло, потом ещё пять, потом ещё… лимит (который вы выдали сами себе) исчерпан, терпение заканчивается, и вы взрываетесь…

Но вспомните, сколько терпения вы проявляете, если, не дай бог, ребёнок заболел. Вы будете без проблем качать его и два, и три часа подряд, при этом абсолютно не сердясь на него — лишь бы отдохнул, бедняжка… Просто в этом случае вы не ставили ему никаких сроков, не придумывали никаких лимитов. Так что терпение — категория вымышленная, причём самими родителями, и очень относительная.

Или вот другая ситуация. Ребёнок, ученик, пишет первые палочки-крючочки (или решает задачку про бассейны с трубами и с водой). Если вы позволите ему делать уроки в удобном для него темпе — всё нормально. Если же вы ожидаете от него молниеносных успехов (такую, мол, чепуху сделать как следует не может!) — действительно, терпение испарится молниеносно.

Ваше терпение заканчивается, потому что не оправдываются какие-то ожидания. О спокойном вечере или об идеальном ученике. Но и эти категории — тоже вымышленные. А перед вами — живой человек, к тому же любимый, у которого могут быть свои жизненные установки, свой собственный ритм усвоения материала, свои природные таланты (иногда далёкие от школьных предметов).

Значит, лучший выход — отказаться от ожиданий и дать ребёнку возможность установить свои сроки, свой темп и свои ритмы. А самому стать «естественным» родителем, который уважает естественные циклы и ритмы своего малыша, который позволяет ему расти.

«Естественный» родитель — тот, кто растет вместе со своим ребёнком, а не подтягивает его к себе.

Чем отличается растущий родитель от родителя терпеливого, то есть терпящего? Первый помнит, что:

— Так как терпения не хватает только тогда, когда не оправдываются какие-то ожидания, «естественный» родитель не ставит себе рамок-ожиданий. «Естественный» родитель идёт за ребёнком, а не за своими ожиданиями.

— Если ребёнок делает что-то наперекор, значит, у него есть на это какая-то причина.

— «Естественный» родитель ищет настоящую причину своих неудач и борется с ней, а не с ребёнком.

— В любой ситуации есть своя комическая сторона. «Естественный» родитель умеет увидеть комизм ситуации и посмеяться над собой.

— «Естественный» родитель знает и использует приёмы самоуспокоения, которые помогают ему расслабиться, успокоиться и принять верное решение.

— Даже если поведение ребёнка никуда не годится, такой родитель знает: поведение, может, и никуда не годное, но сам ребёнок — хороший.

— И никогда не забывает, что у ребёнка тоже есть нервы.

Заряна и Нина Некрасовы (из книги «Перестаньте детей воспитывать — помогите им расти»)