Как растить сына? 20 советов матери-одиночке

Многие женщины растят детей без мужа и порой без всякого участия со стороны отца. Это делать нелегко, поскольку такая женщина вынуждена выполнять функции обоих родителей, не только обеспечивать материально, но и решать все бытовые проблемы. Труднее приходится мамам мальчиков, поскольку растить сына одной гораздо сложнее, чем растить дочь. Однако, следует относиться к этому без пессимизма. Если в вашей семье хватает любви и взаимопонимания — это полноценная семья не зависимо от ее состава!

Какие советы можно дать маме, которая хотела бы вырастить сына гармоничной личностью:

1. Не говорите плохо об отце. Что бы ни случилось между вами и отцом ребенка, говорите о нем хотя бы нейтрально, воздержитесь от всех вербальных и невербальных негативных оценок или табуирования этой темы. Не высказывайтесь унизительно, оскорбительно или язвительно. Если не можете ответить честно, то придумайте историю, в которую мог бы поверить ребенок.

2. Не запрещайте ребенку общаться с отцом. Если отец проявляет желание общаться с сыном и не имеет серьезных пороков — не препятствуйте его общению с ребенком. Помните, что ваши отношения с ним, и отношения сына с ним — это разные вещи. Не заставляйте ребенка платить за свои обиды! Его отец навсегда останется его отцом.

3. Не пытайтесь жить в симбиозе.  Если он будет находиться постоянно с вами и делать то же самое, это вредно отразиться на его жизни, в том числе размоет границу гендерных различий и станет ударом по его психике. Не старайтесь быть с ним единым целым и уж тем более не спите с ним в одной кровати! Ни вы, ни ваш сын не сможете построить здоровую личную жизнь в таком случае.

4. Старайтесь избежать переизбытка женского воспитания. Если в воспитании мальчика помогает бабушка, тетя, при этом в школе учителя тоже одни женщины, постарайтесь найти мужскую фигуру, которой вы доверяете (муж подруги, двоюродный брат, отец одноклассника), с которым бы мальчик виделся в рамках общения и который был бы для него примером. Возите его к родственникам и в гости к друзьям, где ребенок может иногда получать адекватное мужское общение.

5. Учите его самостоятельности. С раннего возраста постепенно давайте ребенку возможность делать свой выбор, действовать самостоятельно, принимать решения, пусть и самые простые (чистить зубы, убирать игрушки, мыть чашку). Так он будет учиться на своих ошибках, набираться опыта, тренироваться решать проблемы. Если не получается с первого раза, предлагайте пробовать снова. Лучшая поддержка ребенку - это вера в его возможности. К 12 годам он должен уметь элементарно позаботиться о себе в бытовых вопросах.

6. Проявляйте любовь без сюсюканий. Лучше всего общаться с ребенком на равных, без сюсюканья, но с любовью. Проявляйте заботу, но старайтесь делать это адекватно. Не пытайтесь внедрить в него установку «Не расти», которую часто закладывают родители, не желающие, чтобы их ребенок взрослел и становился отдельной личностью. Когда ребенка действительно любят, он знает, что важен, и это дает ему уверенность в себе.

7. Дайте ему проявлять любовь. Когда ребенок проявляет заботу о вас, дайте ему чувствовать себя сильным. Не отбирайте сумку, если он хочет помочь ее нести, или веник, когда он хочет помочь вам по дому. Это тоже проявление любви. Однако, опасайтесь постоянно быть «слабой» и привить ему роль постоянного утешителя.

8. Проявляйте заботу о себе. Когда мать постоянно находится в состоянии стресса, ее ничто радует, она не умеет отдыхать и находится в тревоге, ребенок впитывает ее невротические состояния и далее всю жизнь будет и сам страдать от неврозов.

9. Не жертвуйте личной жизнью. Не стоит ставить крест на себе как женщине только потому что вы — мать. Помните, что несчастливая женщина не может стать хорошей матерью! Ищите возможность знакомиться, общаться, ухаживайте за внешностью. Если вы будете считать, что «живете ради сына», то этим взвалите на него непосильный груз ответственности за себя. Вы будете ждать от сына такой же нездоровой преданности и любви и не дадите ему шанс на свою жизнь.

10. Не будьте властной. Если вы будете подавлять сына своим характером, пытаясь сделать из него «настоящего мужчину», вы сломаете его эмоционально, сделаете холодным и безразличным.

11. Не будьте слишком требовательной. Такой ребенок будет всегда искать одобрения мамы и пытаться «быть хорошим». Результатом станет зависимость от чужого мнения и низкая самооценка.

12. Не возлагайте на сына чрезмерную ответственность за семью. Это грозит тем, что мальчик не будет иметь детства, будет подвержен неврозам и склонен к депрессии.

13. Не пытайтесь быть и папой. Проявляйте ласку и заботу, оставайтесь мамой. Не пытайтесь вести себя «по-мужски». Вы все равно не будете сыну примером мужского характера, как бы ни пытались. Вы — женщина и мужчиной не станете. Что такое быть мужчиной может научить лишь мужчина.

14. Прививайте интерес к спорту. Чтобы избежать скрытой агрессии, социофобии и страхов, заинтересуйте ребенка спортом, особенно контактным. Выберете спортивную секцию по интересам ребенка и обязательно опирайтесь не столько на вид спорта, сколько на личность тренера. Проверьте, насколько тренер является адекватным, любящим детей, располагающим к себе человеком. Именно он станет образцом мужчины для вашего сына, поэтому подойдите к этому вопросу серьезно.

15. Воздержитесь от гиперопеки. Она может привести к синдрому выученной беспомощности и полной несамостоятельности в жизни. Такой ребенок никогда не оторвется от маминой юбки и не сможет стать полноценной здоровой личностью и создать свою семью.

16. Найдите ему мужской пример для подражания. Читайте книги, смотрите фильмы про смелых героев, которые помогают слабым и спасают мир. Это могут быть и мушкетеры, и богатыри, и черепашки-нинзя. Используйте любые примеры достойного мужского поведения, приводите примеры из жизни.

17. Хвалите его. Пусть он знает, что вы гордитесь им и радуетесь его успехам. Избегайте слов «мой пупсик», «зайчик», особенно если он уже старше 5 лет. Поддерживайте его добротными словами, такими как «молодец», «умница», «здорово получилось».

18. Наказание должно быть адекватным. Если вы наказываете ребенка физически или психологически (ставите в угол, устраиваете бойкот, запрещаете прогулки), то озлобляете ребенка и в итоге рискуете тем, что он станет жестоким, хитрым и никогда не будет доверять вам. Никогда не наказывайте сгоряча и не говорите обидных слов. Спокойно объясняйте, почему он не будет больше есть сегодня конфеты, а не выплескивайте на него свои негативные эмоции.

19. Не ограничивайте свободу. Возможно, вам сложно отпустить ребёнка на пикник с друзьями или разрешить пойти кататься на скейте, но и этот опыт необходим для гармоничного взросления. Научите сына правилам безопасности, но не стойте у него над душой и не контролируйте каждое его действие.

20. Главный совет — любите сына безусловной любовью и не пытайтесь вылепить из него свой идеал. Будьте ему в первую очередь другом, и пусть он знает, что вы всегда на его стороне!

