

Если у вас есть сын...

1. Научите своего сына выражать словами то, что он чувствует. Малыш может кричать от отчаяния, прятаться от смущения, кусаться от волнения и плакать от страха. Объясните ему, что это эмоции, которые диктуют телу, как себя вести. Покажите ему других людей, которые чувствуют то же самое, но выражают свои эмоции по-другому. Обсуждайте с ребенком свои собственные эмоции. Когда он однажды вырастет, то будет знать разницу между злостью и смущением, разочарованием и горем, научится справляться со своими эмоциями и выражать их грамотно, при этом не стесняясь и не испытывая чувства вины.

2. Будьте самым главным фанатом своего ребенка. Скорее всего, вы не раз смутите своего сына тем, что начнете исполнять песни его школьной рок-группы на семейном празднике или будете показывать его детские фотографии девочкам, собирать самые дурацкие (на его, конечно, взгляд) грамоты, награды и достижения, писать в своем блоге о том, что у него проблемы в школе и так далее. Скорее всего, он однажды скажет вам: «Хватит, мама, остановись». Он будет краснеть, но знать, что есть по крайней мере один человек, который ВСЕГДА болеет за него.

3. Научите своего сына убирать за собой, готовить, стирать носки и гладить рубашки. Возможно, ему никогда это не пригодится, но однажды его жена будет вам благодарна.

4. Читайте ему и вместе с ним. Дети становятся читателями на коленях своих родителей. Ребенок должен видеть, что вы тоже читаете. Рассказывайте ему о том, что вы читаете. О своих любимых книгах и героях. Объясните ему, почему так важно читать книги. И читайте вместе, а потом обсуждайте прочитанное, додумывайте, фантазируйте, рисуйте любимые сказки – учите своего ребенка быть активным читателем.

5. Поощряйте его танцы! Музыка, ритм и танец – это универсальный язык, понятный всем. А свободное владение своим телом, необходимый навык для

гармоничного развития. Танцуйте вместе с ребенком, хвалите его неловкие па!

6. Убедитесь, что перед ним есть примеры хороших людей – умных, смелых, сильных, талантливых и честных. Рассказывайте ему о великих писателях, путешественниках, исследователях, ученых, художниках, космонавтах, фотографах, артистах и пр. О том, как они жили, и чего им стоило достичь успеха. Не только о мужчинах, но и о женщинах. И о том, что внутренняя красота зачастую важнее внешней.

7. Будьте примером такого человека. Вы уже супергерой – это правда, не сомневайтесь в этом ни секунды. Но каждый день доказываете своему маленькому сыну, что вы красивая, умная и честная. Вы – его идеальная женщина, образец всем остальным.

8. Научите сына хорошим манерам: говорить спасибо и пожалуйста, подавать руку женщинам, предлагать помощь, уступать место и пр. Это сделает мир вокруг немного лучше.

9. Дайте ему во что-нибудь верить. Ваш мальчик не раз будет испытывать страх или тревогу, боль или горе или просто нуждаться в вас тогда, когда вас не будет рядом. Дайте ему то, к чему он может обратиться, когда он чувствует себя одиноким, чтобы он знал – что он никогда не будет одинок. Никогда.

10. Научите его тому, что иногда надо быть очень нежным – к маленьким детям, животным, цветам и чувствам других людей.

11. Дайте ему возможность испортить то количество вещей, которое он все равно испортит. Если вы будете расстраиваться каждый раз, когда ваш мальчик придет домой в грязной и рваной одежде – вы вступите в безнадежную борьбу. Не тратьте энергию на злость перед неизбежностью –

мальчики познают мир, лазая по деревьям и заборам, прыгая в лужи, разливая и падая. Это порядок вещей.

12. Увлекайтесь его интересами – узнайте все тонкости футбола и выучите имена футболистов любимой команды, а лучше сборной, разучите все песни любимой группы или названия различных двигателей, уясните разницу между Гриффиндором и Слизерином или научитесь рисовать панд... Будьте активным участником его жизни, а не сторонним наблюдателем.

13. Выйдите вместе на улицу. Выключите телевизор, отключите видео-игры, положите телефон на зарядку и уберите подальше фотоаппарат. Просто выйдите на улицу и следуйте за своим ребенком, смотрите на него, исследуйте его реакции, задавайте вопросы. Это похоже на магию, попробуйте.

14. Позвольте ему проиграть. Как бы ни хотелось, ваш ребенок не сможет быть победителем всегда. Вы говорите ему: «Ты победитель, потому что старался», но он совсем не думает так и чувствует себя разочарованным. И это хорошо, потому что иногда жизнь выдает такие повороты, от которых мы всеми силами пытаемся уберечь наших детей. Но эта практика пригодится ему позже, когда он проиграет снова (и снова, и снова, и снова, и снова...). Научите его тому, что иногда он выигрывает, а иногда проигрывает. Но это не означает, что надо сдаваться.

15. Дайте ему возможность помогать другим. Существует большая разница между тем, чтобы дать возможность помочь и заставить помочь. Давать возможность – это зажигать огонек в сердце, который однажды засияет в большой костер и осветит весь мир. Будьте примером сами – помогайте друг другу и помогайте другим.

16. Объясните ему, что достичь совершенства помогает практика. Это относится не только к спорту или музыке, но и ко всему в жизни. Выработывайте правильные привычки, которые помогут уже взрослому мужчине с легкостью справляться со всем в жизни.

17. Отвечайте ему, когда он спрашивает: «Почему?». Отвечайте ему или ищите ответ вместе. Покажите ему, где можно найти ответ (спросить у папы, бабушки, дедушки, энциклопедии или в Интернете). Задайте ему встречный вопрос, чтобы он сам начал думать. Если когда-нибудь, он будет слишком смущен, чтобы спросить вас о чем-то – он будет знать, где искать ответ.

18. Пусть папа научит его самым главным вещам. Если вы позволите папе быть погруженным в процесс воспитания ребенка с самого начала, когда-нибудь у сына сформируется правильное мнение: его папа знает ВСЕ НА СВЕТЕ. Вы всегда будете любимой мамой, но папа для мальчика – особенный человек, который знает ответы на все вопросы.

19. Дайте ему что-нибудь, чтобы освободить энергию — барабаны, боксерскую грушу, открытое пространство, воду или собаку. Дайте ему что-нибудь, чтобы он мог беситься и «сходить с ума» — или он будет использовать что-то ваше, о чем можно потом очень пожалеть.

20. Всегда носите с собой влажные салфетки, антибактериальный гель и лейкопластырь.

21. Постройте ему крепость. Бросьте на пол диванные подушки, пододвиньте друг к другу стулья, накиньте на них пару одеял, и ваша гостиная превратится в пещеру чудес. Это важное знание о том, что каждая обычная вещь имеет внутренний потенциал, чтобы стать волшебной.

22. Берите его с собой везде и всюду: на работу, на встречи с друзьями, в путешествия. Каждое новое место открывает его сердце, заставляет думать и оставляет воспоминания.

23. Целуйте и обнимайте его! Любая мама сыновей скажет вам, что маленькие мальчики очень любящие и нежные. Они могут быть суровой,

дикой и разрушительной силой в течение всего дня, но есть такие моменты, когда они очень добры, нежны и чувствительны. Поэтому целуйте и обнимайте своего ребенка, когда ему 2 месяца или 16 лет, и особенно, когда он капризничает и шалит. Не бойтесь вырастить из него неженку – мальчики очень сильно нуждаются в любви! И убедитесь, что он знает, что мама может целовать своего сына, независимо от того, насколько он большой и где они находятся.

24. Будьте для него ДОМОМ. Когда малыш учится ходить, он отходит от вас всего на несколько шагов, а затем возвращается. Затем чуть дальше, и снова бежит к вам... Когда он научится рисовать, он будет ждать вашу гордую улыбку. Когда научится читать, он будет 20 раз читать одну и ту же книгу вслух, потому что мама будет его увлеченно слушать и 20 и 50 раз. Когда он будет играть в футбол – он будет искать ваше лицо на трибуне. Когда он заболит, он позвонит вам. Когда он действительно что-то испортит, он позвонит вам. Даже когда он станет взрослым и сильным, он может заплакать у вас на плече, не стесняясь своих чувств. Даже когда он совсем вырастет и в его жизни появится новая женщина и новый дом, вы все еще будете его мамой. Чем-то постоянным и неизменным, как солнце. Самое главное, что должен знать ваш сын – это то, что он всегда в вашем сердце, а все остальное, как говорится, приложится.