**Vaikus turime auklėti taip, kad jie išmoktų atsakomybės, turėtų savigarbos ir jaustųsi mylimi. Tada jie nejaus poreikio burtis į gaujas, eksperimentuoti su narkotikais ir anksti pradėti lytinį gyvenimą, nes nereikės įrodinėti savo vertės ir stengtis pritapti.**

Štai 10 svarbiausių vaikų auklėjimo principų, kurie, kaip įrodyta, suteikia vaikams gerovės ir saugumo jausmą.

**1. Atkreipkite dėmesį į kartu praleidžiamo laiko kokybę.**

Kartu praleistas laikas turi įtakos jūsų vaiko savigarbos ugdymui. Tačiau svarbiau kokybė, o ne kiekybė. Mes tokie užsiėmę, kad net kalbėdami su vaiku mąstome, kokius darbus reikės atlikti. Dažnai apsimetame, kad klausomės, arba tiesiog ingnoruojame vaiko pastangas su mumis pabendrauti. Turėtume sutelkti dėmesį ir įsiklausyti. Kai vaikas to nesulaukia, jo elgesys pasikeičia į blogąją pusę. Ignoruojamas vaikas bandys patraukti mūsų dėmesį netinkamai elgdamasis.

Taip pat svarbu žinoti, kad jausmai nebūna nei geri, nei blogi. Jie tiesiog yra. Tad kai vaikas sako: „Mama, tu niekada nebūni su manimi“ (nors ką tik žaidėte), jis išreiškia savo jausmus. Neprieštaraukite, verčiau pritarkite: „Taip, toks jausmas, kad labai seniai kartu leidome laiką.“

**2. Auklėkite veiksmais, o ne žodžiais.**

Statistika rodo, kad per dieną vaikams duodame virš 2000 nurodymų! Nenuostabu, kad vaikai tarsi apkursta. Neburbėkite ir nešaukite, o paklauskite savęs: „Kokių veiksmų turėčiau imtis?“ Pavyzdžiui, jei liepėte vaikui nešvarias kojines sumesti į skalbinių krepšį, o jis to nepadarė, plaukite tik tas, kurios yra krepšyje. Veiksmai kalba garsiau nei žodžiai.

**3. Leiskite vaikui pasijusti reikšmingam.**

Priešingu atveju jis susigalvos netinkamų būdų pademonstruoti savo galią. Kaip tai padaryti? Klauskite patarimų, leiskite pasirinkti, pasiūlykite padėti gaminti vakarienę ar apsipirkti. 2 metų vaikas gali išplauti plastikinius indus, nuplauti daržoves, sudėti į dėžutę išplautus įrankius. Dažnai nusprendžiame viską atlikti patys, nes taip greičiau, tačiau to rezultatas - vaikas jaučiasi nesvarbus.

**4. Leiskite patirti padarinius.**

Paklauskite savęs, kas nutiktų, jei patylėtumėte, kai knieti įsiterpti? Leiskite vaikams patirti, kokie bus jų veiksmų padariniai. Kils mažiau pykčių, bus mažiau bereikalingų priekaištų ir raginimų. Pavyzdžiui, jei vaikas pamiršo pasiimti pietus, nepriminkite. Leiskite rasti sprendimą ir suteikite galimybę išmokti, kaip svarbu yra prisiminti.

**5. Skirkite logiškas bausmes.**

Dažnai natūralūs veiksmų padariniai išryškėtų tik tolimoje ateityje. Tokiu atveju skirkite logiškas bausmes. Kad vaikas suprastų padarinius, jie turi būti logiškai susiję su elgesiu. Pavyzdžiui, jei vaikas pamiršta į nuomos punktą grąžinti filmuką, o jūs jam uždraudžiate savaitę išeiti iš namų, tokia bausmė tik sukels vaiko priešinimąsi. Tačiau jei grąžinsite kasetę už jį, bet išskaičiuosite delspinigius iš jo kišenpinigių ar leisite už juos atidirbti, vaikui tokia bausmė atrodys logiška.

**6. Neaštrinkite konflikto.**

Jei vaikui prasidėjo įniršio priepuolis, jei jis pyksta ar nepagarbiai su jumis kalba, išeikite iš kambario ir pasakykite, kad būsite kitame kambaryje, jei jis norės „pabandyti iš naujo“. Neišeikite apimtas pykčio ar pralaimėjęs.

**7. Skirkite veiksmą nuo veikėjo.**

Niekada nesakykite vaikui, kad jis blogas. Tai neigiamai veikia jo savigarbą. Leiskite jam suprasti, kad netoleruojate jo elgesio, o ne jo paties. Kad vaikas išsiugdytų sveiką savigarbą, jis turi žinoti, kad mylite jį besąlygiškai, nesvarbu, kaip jis bepasielgtų. Nebauskite vaiko atimdami meilę. Kai abejojate, paklauskite savęs: „Ar mano auklėjimas ugdo vaiko savigarbą?“

**8. Būkite griežtas, bet švelnus.**

Tarkime, pasakėte savo penkiamečiui, kad jei jis neapsirengs iki tam tikro laiko, jūs turėsite išvažiuoti ir kad tokiu atveju jam teks apsirengti mašinoje arba darželyje. Pasibaigus laikui, daugiau neraginkite, bet tvirtai, tačiau švelniai nusiveskite ir pasodinkite į automobilį. Jei abejojate, paklauskite savęs: „Ar aš drausminu vaiką meile, ar baime?“

**9. Auklėkite galvodami apie ateitį.**

Daugelis tėvų nori suvaldyti situaciją kaip galima greičiau. To rezultatas - vaikas jaučiasi per smarkiai kontroliuojamas. Tačiau jei auklėdami prisiminsime, kad nuo mūsų elgesio priklausys, koks vaikas bus suaugęs, protingiau apgalvosime savo veiksmus. Pavyzdžiui, diržu auklėjamam vaikui įstringa, kad gauti tai, ką nori, galima panaudojus agresiją. Taip jis mąstys ir suaugęs.

**10. Būkite nuoseklūs, laikykitės žodžio.**

Jei sutarėte, kad nuėję į parduotuvę nepirksite saldainių, nenusileiskite vaiko ašaroms, maldavimams, reikalavimams. Vaikas jus labiau gerbs, jei jūs laikysitės savo žodžio.