**Почему родителям важно выполнять свои обещания?**

***«Нет, сегодня мы идём домой. А в кинотеатр на следующей неделе сходим»***

***«Вот если замолчишь и будешь себя хорошо вести, то куплю»***

***«Завтра обязательно приеду домой пораньше»***

Мы учим наших детей тому, что важно выполнять обещания, но сами очень часто поступаем по-другому. Иногда в силу занятости мы просто не успеваем выполнить обещание, иногда забываем о том, что дали слово, а бывает так, что и вовсе не собираемся делать то, что говорим ребёнку. Мы легко находим оправдания – «слишком устала», «игрушек дома и так хватает, главное, что замолчал», «я хотел, но меня задержал начальник» и обещаем себе, что вот в следующий раз точно поступим правильно. А как это сказывается на детях?

Ребёнок появляется на свет абсолютно беззащитным. Его опорой и проводником в этой жизни становятся родители. В первое время он полностью зависит от мамы и окружающих взрослых, и, если они обеспечивают необходимые ему уход и заботу, ребёнок им полностью доверяет. Родители часто воспринимают доверие ребёнка как данность, забывая, что доверие нельзя сформировать раз и навсегда, его необходимо постоянно поддерживать. Нарушая обещания, мы постепенно разрушаем доверие ребёнка. Родители перестают быть для него надёжными, он теряет веру в них, постепенно отдаляясь. И дело не только в том, что это портит ваши с ним отношения, мы должны понимать, что восприятие родителей формирует восприятие всего мира в целом. Когда ребёнок уверен в своих родителях, знает, чего от них ожидать, не боится, что они его подведут, он доверяет и миру, считает его дружелюбным, а не враждебным местом.

Не забывайте и о том, что дети берут пример, в первую очередь, с родителей. Схема «делай, как я говорю, а не как я делаю», к сожалению, не работает. Дети учатся на наших поступках, и, если сегодня мы не выполнили своё обещание и никак это не объяснили, будьте готовы, что завтра они поступят также. Ребёнку сложно увидеть разницу между тем, что вы вернулись с работы позже обещанного из-за того, что вас задержал начальник, и тем, что он не пришёл домой вовремя с прогулки, потому что заигрался. Если мы хотим, чтобы дети научились держать свои обещания, то мы должны держать наши. Своим примером мы можем научить детей ответственности, надёжности и честности.

Кроме того, чёткое соблюдение ваших обещаний дисциплинирует детей. Если ребёнок знает, что у проступка есть вполне конкретное последствие, и уверен, что родители не забудут об обещанном поощрении, ему гораздо легче ориентироваться в мире и регулировать своё поведение. Подумайте, как долго ребёнок будет успокаиваться в магазине в надежде получить игрушку, если вы ни разу её так и не купите. А следовать договорённостям, если знает, что их нарушение не приведёт ни к каким последствиям?

И это всё долгосрочные последствия. А что чувствует ребёнок, понимая, что сегодня кто-то из родителей опять нарушил обещание: не сводил в кино, не купил игрушку или не приехал домой пораньше? Обиду, непонимание, злость, разочарование. Бывает так, что выполнить обещание не удаётся по вполне объективным причинам: болезнь, неподходящая погода, внезапные обстоятельства. Но стоит понимать, что детям может быть трудно принять эти причины, и у них складывается ощущение обмана. Часто дети воспринимают несдержанное слово, как доказательство того, что они недостаточно важны для родителей: «если сегодня папа не вернулся домой пораньше, значит работа для него важнее меня».

Возможно ли всегда выполнять свои обещания? Скорее всего нет. Но можно следовать принципам, которые помогут укрепить в ребёнке веру в твёрдость родительского слова.

Прежде всего, будьте внимательны к своим словам. Ребёнок может принять за обещание любые высказывания о будущем: «На ужин сегодня будем есть пиццу», «Будем каждый день ходить на детскую площадку». Если ребёнок вам доверяет, он будет ожидать, что именно так всё и будет. Но ведь действительно есть вещи, которые нам неподвластны. Лучше не давать много обещаний и заранее оговаривать условия («если мама не приготовила ничего другого», «если на улице не будет дождя»), чтобы потом не разочаровать ребёнка.

Если ребенок выполнил условие, за которое ему была обещана награда, он должен получить ее независимо от того, как будет вести себя потом. Допустим, вы пообещали ребёнку, что завтра он погуляет на час дольше, если сегодня уберётся у себя в комнате. Независимо от того, что он сделает завтра: опоздает в школу, получит плохую оценку или нагрубит вам, он должен получить своё поощрение за порядок в комнате.

В случае, если выполнить обещание всё-таки не удалось – обязательно обсудите это с ребёнком. Начните с извинения: покажите ребёнку, что вы знаете, что он разочарован, и вы тоже расстроены. Объясните, что, к сожалению, не всегда удаётся сделать именно так, как хочется.  Если ребёнок поймёт, что есть веская причина или независящие от вас обстоятельства, то его негативная реакция на невыполненное обещание будет не такой сильной.

Вместе с ребёнком придумайте альтернативу. Если вы не смогли пойти в кинотеатр, устройте киносеанс дома, если по какой-то причине задерживаетесь на работе, найдите занятие, которое увлечёт его на это время. Договоритесь, когда и как вы сможете выполнить нарушенное обещание.

Не нужно жертвовать собой или другими членами семьи ради выполнения обещания – рано или поздно каждому ребёнку придётся столкнуться с неидеальностью этого мира. Но важно с полной серьёзностью относиться к тому, что мы говорим и обещаем нашим детям. Обещания учат многим вещам, а родители – лучшие учителя для своих детей.