**ВОСПИТАНИЕ КАК АЭРОБИКА**

Для родителей вопрос воспитания детей стоит остро на протяжении всей их родительской жизни. Кто не слышал милой бабушкиной присказки: малые детки – малые бедки, большие детки – большие бедки. Отчего же «бедки»? И тут, к слову, вспоминается еще одна дремучая «мудрость»: малые дети спать не дают, а большие – жить.

Ну, если рассматривать детей как угрозу молодости, экспансию жизненного пространства, ущемление беззаботности, тогда дети действительно – сплошные трудности. Тогда и жизнь – в тягость, и проблемы – непреодолимы, и судьба – против вас.

На самом же деле дети нам даются на счастье. Сколько детей, столько и счастья. Дети – многократное повторение нас самих. Недаром, слово «семья» расшифровывается как «Я» в семикратном повторении. А сила семьи в сплоченности. Когда семья связана чем-то общим, единым, тогда дети из семьи, как из живительного источника, черпают и знания, и навыки, и жизненную силу.

Тогда не возникнет потребности разрабатывать специальные методики, изучать систему Макаренко и перенимать опыт Сухомлинского. С помощью единственного разумного рычага – любви, но очень большой, открытой, искренней, неподдельной, доверительной, вы сможете беспрепятственно донести любую важную для вас мысль до ребенка. И он ее примет. Ведь он вас тоже любит. Вы сами его этому научили. Не знаете как?

Вы не заметили как это получилось? Легко и естественно, как описано в мудрости одного древнегреческого мыслителя Фалеса. На вопрос: «Что самое легкое? Он ответил: «Все, что соответствует природе – равновесие и гармония».

Вы ведь каждый день по утрам входили в комнату ребенка с улыбкой. А будили, ласково гладя его рукой по волосам. Вы откликались на каждую его просьбу, не отмахиваясь как от чего-то неважного. Вы всякий раз без раздражения помогали ему справиться с трудностями. Вы всегда были рядом, когда он нуждался в вас и не ссылались на занятость. Вы терпеливо и с интересом слушали каждое его откровение и давали ценные советы. Вы доверяли ему себя и позволяли иногда за собой ухаживать, если болели или уставали после работы. Вы искренне радовались его достижениям и устраивали маленькие праздники из его маленьких побед, укрепляя его веру в собственные силы. А главное, вы всегда были примером для него, эталоном для подражания (дети подражают родителям – это заложено природой).Он всегда мог вами гордиться, ведь вы – уверены в себе и успешны.

А что касается мелких трудностей в исполнении каких-то бытовых обязанностей: носик ребенку подтереть, одежду постирать, накормить, искупать, помочь подготовить уроки, недоспать несколько ночей подряд, когда ребенок болеет, поволноваться, если ваше чадо поздно возвращается от друзей, выслушать претензии учительницы в школе, ну и всякие другие обычные житейские ситуации.

Так воспринимайте их как аэробику, которая формирует мышцы, тренирует выносливость, укрепляет нервы и держит вас в тонусе, сохраняя вашу молодость и продлевая жизнь.

Помните, что вы, пока не поставите ребенка на ноги, расслабляться не имеете права. Вы в ответе за тех, кого любите!