

Что нужно знать приемному родителю о «трудном» поведении ребенка.

Все родители стремятся, чтобы их ребенок рос счастливым, был развитым и успешным, и многое для этого делают. Естественно, каждый из вас испытывает удовольствие и радость просто от общения с ребенком. Но порой дети вызывают и совсем другие чувства. Порой мы, взрослые, раздражаемся их плохим поведением, переживаем беспомощность от невозможности наладить с ними контакт.

Трудное поведение ребенка – это поведение, с которым нам, взрослым, трудно, пишет психолог Л.Петрановская. Трудно с ним смириться и трудно его исправить. Это то поведение, которое отравляет нам жизнь, которое заставляет доходить «до белого каления» и сомневаться в том, что мы хорошие родители, то, о котором мы думаем по ночам и которое бесконечно обсуждаем с родными и друзьями. [Эти переживания естественны и нормальны, ведь невозможно вырастить ребенка, миновав трудности в воспитании, конфликты, избежать переживаний.

Воспитать ребенка - непростой труд. Особенно ребенка, который уже имел опыт сиротства, пережил горе, утраты, а нередко пренебрежение и насилие, утратил доверие к миру. Для этого нужны специальные знания, умения, глубокое понимание того, что происходит с семьей и ребенком. На первый взгляд может показаться, что воспитание приемных детей ничем не отличается от воспитания родных. Однако, эти дети – особенные. Чаще всего обстоятельства их жизни связаны с ситуациями сильнейшего стресса, последствия которого – нарушения здоровья и полноценного развития.

Поэтому на пути созидания близких отношений с приемным ребенком наряду с моментами радости и счастья вас ожидают и вполне закономерные трудности. Изо дня в день этот маленький человек, уже успевший за свою короткую жизнь испытать немало неприятностей и разочарований, будет проверять на прочность (сам того не осознавая) ваши нервы и стойкость вашего намерения ему помочь. Он просто ведет себя так, как ему удобней, привычней, легче. Ведь практически любое трудное поведение – это не что иное, как поведение примитивное, простое, действие по кратчайшей траектории. Понятно, почему, у детей, лишенных нормального детства в любящей семье, оно встречается гораздо чаще, чем у детей благополучных. Привлечь к себе внимание истерикой – просто, отказаться делать уроки, поскольку трудно и непонятно – просто, так как набор технологий по достижению целей у такого ребенка очень скуден, а сами технологии малоприятны для окружающих.

Трудное поведение имеет очень серьезные последствия. Кроме семей, которые из-за этого распались, есть множество, живущих под девизом: «И вечный бой, покой нам только снится». А ребенок в такой семье растет с чувством, что им постоянно недовольны, что с ним «все не так». Помните о том, что сам ребенок не всегда может понять, что с ним происходит и объяснить это взрослому. Понять причины трудного поведения ребенка - задача взрослых. Без установления причины – невозможно решить проблему. Мы можем помочь ребенку преодолеть трудности и совместно прийти к желаемому результату, если будем работать именно с причинами. Бороться исключительно с «симптомами» – неэффективно, поскольку, если ребенок продолжает испытывать напряжение, то есть опасность, что на место одних симптомов придут другие.

Любое поведение имеет свои причины и некоторые цели. Если ребенок ведет себя «плохо» - значит, он пытается сообщить вам что-то важное. Возможно, он просит о

помощи. Иногда причины кроются в прошлом негативном опыте ребенка. Это может быть отсутствие других, «хороших» моделей поведения. В этом случае просто наберитесь терпения и объясняйте ребенку, какое поведение вы ожидаете. Подавайте ему пример. Поощряйте поведение, которое считаете правильным. Иногда требуется время, чтобы избавиться от старых привычек.

Возможно, своим поведением ребенок пытается рассказать вам, что произошло с ним до того, как он оказался у Вас. Если это так -это означает, что ребенок начал вам доверять. Выслушайте ребенка, посочувствуйте ему, позвольте рассказать о своих переживаниях. Если прошлый опыт ребенка был очень травмирующим, то может понадобится помощь специалистов.

Иногда причины связаны с текущей ситуацией. Трудное поведение появляется, когда ребенок испытывает стресс, напряжение, утомление, когда к нему предъявляются слишком высокие или жесткие требования. Также, причинами могут быть недостаток эмоционального тепла и внимания со стороны родителей, нарушения детско-родительских отношений, конфликты в семье, насилие. Во всех этих случаях нужно изменять ситуацию. Иногда именно взрослым нужно изменять свое поведение или взгляды. Однако, если трудности длятся на протяжении нескольких месяцев, или появляются после периода долгого проживания ребенка в семье-с большой вероятностью это связано с особенностями текущей ситуации и сложившимися отношениями в приемной семье.

Нам многое может не нравиться в поведении ребенка. Не слушается, шумит, разбрасывает и теряет вещи, грубит, врет, не хочет делать уроки. А хотелось бы, чтобы все было наоборот. Чтобы слушался, помогал дома, был всегда чистым и любил читать и делать уроки. Как с горькой иронией писал Януш Корчак, «цель воспитания состоит в том, чтобы сделать ребенка удобным». Но детей, полностью соответствующих ожиданиям и пожеланиям родителей, нет. Конечно, это добавляет родителям проблем и лишает их жизнь спокойствия. Но с другой стороны, что ждет в жизни ребенка, который воспитан родителями тихим, послушным, аккуратным, никогда ничего не выдумывающим, который никуда не лезет без спроса и не бездельничает. Мы ведь хотим, чтобы он был успешен в жизни, чтобы смог сказать «нет», постоять за себя и т.д. «Ребенок с нормальной жизненной закваской просто не должен подчиняться всем вашим приказам» - пишет в своей книге «Техника безопасности для родителей детей нового времени» Д.Морозов.

Зачастую родители склонны предъявлять требования к ребенку, которые для него трудно выполнимы или вообще невозможны. Например, когда требуют от двухлетнего малыша не выбегать на проезжую часть. В таком случае лучше всего определить, что можно изменить в окружающей обстановке.

Еще одно важное замечание. Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка. Иногда трудное поведение является просто особенностью возраста или устойчивым качеством ребенка, например, темпераментом. Иногда ожидания родителей бывают чересчур завышенными, а результатом является их отрицательные переживания. Конечно, это не значит, что мы не должны повышать планку для ребенка, просто все надо делать постепенно. Знание того, что ребенок осваивает новую высоту и неудачи неизбежны, может значительно прибавить вам терпимости и позволит спокойнее относиться к неудачам.

Прежде чем ставить задачу по изменению плохого поведения ребенка, убедитесь, что ты в своем праве. Эта проблема – проблема границ. Нужно твердо уяснить, что каждый из нас – это отдельная личность, которая имеет право на свою территорию. Когда

на нашу территорию кто-то влезает без разрешения, мы сопротивляемся, это естественно. Если родитель проявляет неуважение, не ведя переговоров, не давая свободы выбора, а просто приказывая, то у ребенка два варианта поведения: либо защищаться, либо подчиняться.

Трудное поведение детей часто вызывает растерянность и ставит взрослых в тупик. Привычные методы воспитания не всегда приводят к желаемому результату, в итоге растет отчужденность и раздражение. Вот почему с трудным поведением надо научиться справляться, понять, как оно устроено, и как можно его изменить, и тогда оно предстанет не катастрофой, а просто задачей, сложной, но решаемой. Каким бы ужасным и ненормальным оно ни казалось, обычно получается изменить его к лучшему, если действовать последовательно и не отчаиваться. Помните, что самое главное у ребенка уже есть – у него есть семья, есть, вы, взрослые, которым он небезразличен, которые ему готовы помочь.

Но вы должны точно уяснить, если вы хотите изменить поведение ребенка, то, прежде всего, вы должны быть готовы измениться сами и изменить свое поведение.

Любое поведение ребенка, вызывающее напряжение в детско-родительских отношениях можно рассматривать как айсберг. Есть видимая часть – собственно поступок – вызывающий родительское недовольство, приводящий к конфликту, и скрытая часть – мотив – который родители не всегда могут правильно распознать. Конфликтом зачастую управляют нереализованные потребности – как ребенка, так и самого родителя. Взрослому человеку необходимо проделать определенную работу, чтобы осознать как скрытые мотивы, так и нереализованные потребности, чтобы общение с ребенком приносило больше радости.

Прежде всего, надо определить цель. Так как на самом деле из всего того, что наш ребенок делает неправильно (не так, как мы хотели бы), по-настоящему выводят нас только два-три вида поведения. Поэтому, если какое-то дело более значимо, именно им и надо заниматься. Но для начала нам надо понять, что же все-таки стоит за трудным поведением ребенка, осознать «движущую силу» его поступков. Данная тема прекрасно раскрывается у многих авторов, например в книге Ю.Б.Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?».

Непослушных детей, а тем более детей, «отбившихся от рук», принято обвинять. В них ищут злой умысел, порочные гены и т.п. На самом же деле, в число «трудных» обычно попадают дети не «худшие», а особенно чувствительные и ранимые. Они «сходят с рельсов» под влиянием жизненных нагрузок и трудностей, реагируя на них гораздо раньше и сильнее, чем дети более устойчивые. Отсюда следует вывод: «трудный» ребенок нуждается только в помощи – и ни в коем случае не в критике, и наказаниях. Это как раз относится к детям, оставшимся без родительского попечения.

Причины стойкого непослушания ребенка следует искать в глубине его психики. Это на поверхности кажется, что он «просто не слушается», «просто не желает понять», а на самом деле причина иная. И, как правило, она эмоциональная, и она не осознается ни взрослым, ни самим ребенком. Отсюда вывод: такие причины надо знать.

Психологи выделяют четыре основные причины серьезных нарушений поведения детей.

Первая – борьба за внимание. Если ребенок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального

благополучия, то он находит свой способ его получить: непослушание. Лучше отрицательное внимание, чем никакого.

Вторая причина – борьба за самоутверждение, в том числе и против чрезмерной родительской власти и опеки. Воспитатель сталкивается с упрямством, своеволием, действиями наперекор. Смысл такого поведения для ребенка – отстоять право самому решать свои дела, и вообще, показать, что он личность.

Третья причина – желание отомстить. Дети часто бывают обижены на родителей. Причины могут быть очень разные: родители более внимательны к младшему; мать разошлась с отцом, и в доме появился отчим; ребенка отлучили от семьи (положили в больницу, послали к бабушке); родители постоянно ссорятся, резкое замечание, невыполненное обещание, несправедливое наказание. Смысл «плохого» поведения в этом случае можно выразить так: «Вы сделали мне плохо – пусть и вам будет тоже плохо!»

Наконец, четвертая причина – потеря веры в собственный успех. Ребенок переживает свое неблагополучие в какой-то одной области жизни, а неудачи у него возникают совсем в другой. Например, у мальчика могут не сложиться отношения в классе, а следствием будет запущенная учеба, в другом случае неуспехи в школе могут привести к вызывающему поведению дома и т.д. Причина – низкая самооценка. Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, он вообще теряет уверенность в себе. Он приходит к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не получится». В итоге внешним поведением он показывает: «Мне все равно», «И буду плохой!».

Согласитесь, что стремления трудных детей вполне положительны и закономерны и выражают естественную потребность в тепле и внимании родителей, потребность в признании и уважении его личности, чувство справедливости, желание успеха. Всякое серьезное нарушение поведения подростка – это сигнал о помощи. Своим поведением он говорит нам: «Мне плохо! Помогите мне!» [

Для того, чтобы помочь ему, необходимо понять, какая из четырех эмоциональных проблем мешает ему нормально существовать. Соответственно, и действия родителей будут разными.

Задача понять причину, на первый взгляд, непростая. Ведь разные причины внешне проявляются одинаково. Но понять, что движет вашим ребенком, можно анализируя собственные чувства. Общаясь, мы всегда чувствуем состояние другого человека, и испытываем либо сходные, либо дополнительные чувства. Впервые это было подмечено и описано американским педагогом Рудольфом Дрейкусом. Понаблюдайте за собой, какая эмоциональная реакция возникает у вас самих при повторном непослушании и неподчинении ребенка, и вы убедитесь, что это так и есть. Собственные чувства действительно помогут нам распознавать, что же движет ребенком.

Давайте посмотрим, какие же родительские чувства соответствуют каждой из четырех названных причин.

Борьба за внимание – в итоге родитель испытывает раздражение.

Борьба за самоутверждение, противостояние – гнев, агрессию.

Желание отомстить – ответное чувство родителя: обида.

Если ребенок потерял веру в собственный успех, переживает свое неблагополучие – то родитель оказывается во власти чувства безнадежности, бессилия, а порой и отчаяния.

Как видите, чувства разные, и вполне можно понять, какое именно подходит к вашему случаю.

Конечно, сделать это нелегко, но вполне возможно. Если в следующий момент вам удастся уяснить, что именно вы почувствовали, то нетрудно будет разгадать и проблему вашего ребенка: с чем, против чего или отчего он так боролся. А уж после этого гораздо легче перейти с позиции исправления на позицию помощи.

Иногда все-таки проще спросить самого ребенка: «Зачем ты это делаешь?». Именно «зачем?», при этом старайтесь сохранять спокойствие и проявить заинтересованность.

Можно предложить ребенку варианты ответов: «Иногда люди врут, чтобы о них не думали плохо. С тобой такое бывает?» или «Ты знаешь, порой так бывает, что некоторые дети, чтобы подружиться с другими мальчиками и девочками, берут без спроса игрушки и сладости и угощают их. С тобой такое было?»

Для того, чтобы лучше понять чувства и мотивы поведения ребенка, хорошо использовать **технику активного слушания**.

Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство. Используя эту методику, вы даете понять ребенку то, что вы слышите и слушаете его.

При активном слушании ваша задача – понять говорящего, и дать ему знать об этом. Причем понять не столько слова, а, прежде всего, его чувства. Для этого используется следующий прием: вы повторяете то, что сказал собеседник, и при этом называете его чувство или состояние.

Есть несколько рекомендаций по использованию этой методики:

1. Воспроизводя сказанное ребенком, вы можете повторить отдельное слово или фразу, или использовать парафраз (изложение текста своими словами). Иногда полезно повторить, что, как вы поняли, случилось с ребенком, а потом обозначить чувство.

2. Если хотите послушать ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом.

3. Его и ваши глаза должны находиться на одном уровне.

4. Повторять сказанное нужно в утвердительной, а не в вопросительной форме.

5. Очень важно, после каждой вашей реплики держать паузу.

6. Не начинать слушать, если нет времени.

7. Не расспрашивать.

8. Не давать советы.

Активное слушание – это не какой-то новый хитрый способ добиться своего. Оно нужно для установления доверительной атмосферы общения, в которой легче решаются и проблемы, и согласуются желания.

Итак, предположим, мы выяснили, что движет нашим ребенком. Что же делать дальше? Прежде всего, постараться не реагировать привычным образом, то есть так, как ждет от вас ребенок.

Дело в том, что в подобных случаях образуется порочный круг. Чем больше взрослый недоволен, тем больше ребенок убеждается: его усилия достигли цели, и он возобновляет их с новой энергией.

Когда ребенок ведет себя плохо, мы обычно выражаем недовольство. «Как ты себя ведешь! Это ужас просто!» – говорим порой мы в сердцах ребенку. Что нам дает подобное высказывание? Единственный результат – взрослый разрядился. Да и то не всегда, зачастую такие фразы говорятя автоматически, потому что «так положено». Информация, полученная ребенком, будет примерно такой: «Я плохой». Если вы хотите сделать своего ребенка союзником в деле изменения его плохого поведения, то

необходимо, прежде всего, объяснить, почему вас не устраивает его поведение так, чтобы ему это было понятно.

В этом незаменимы **«Я-высказывания»**, то есть высказывания о себе, о своих чувствах ребенку по отношению к его поступку. Причем, именно к поступку ребенка, но не к нему самому, если, только эти чувства не любовь и нежность.

Чувства, особенно отрицательные и сильные, ни в коем случае не следует держать в себе: не стоит молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении. Если ребенок вызывает своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом. Говорите от первого лица, при этом говорите ему о своих чувствах и переживаниях, а не о его поведении и не о нем.

Если вы выразите ребенку свое чувство через Я-сообщение, то это его не заденет (или заденет гораздо меньше) – ведь вы скажете о своих чувствах. Также Я-высказывания невозможно оспорить. Если человек говорит «я волнуюсь, мне обидно, мне неприятно, мне нужно», значит так оно и есть! А когда говорит «ты грубишь, ты не помогаешь, у тебя нет совести и т.д.», сразу же возникает протест.

Примеры: «Как тебе не стыдно шуметь, когда я отдыхаю!» – «Я очень устала, мне необходимо отдохнуть в тишине»; «Ты опять не убрала со стола!» – «Я не люблю, когда на кухне грязь», «У тебя совесть есть – приходить домой так поздно?» – Я не могла уснуть, очень волновалась».

Но стоит помнить, что Я-сообщение – вовсе не для того, чтобы изменить поведение другого! Это надо твердо усвоить. Я-сообщение предназначено для того, чтобы ребенок услышал и понял вас. Если не давать знать, что вы чувствуете, то человеку это может просто не прийти в голову. Я-сообщение вносит вклад в решение проблемы не прямо, а тем, что создает атмосферу доверия, при которой легче договориться.

Говорить можно и нужно также и о своих позитивных чувствах!

В каждом случае трудного поведения с разной мотивацией и приемы взаимодействия будут разные.

Борьба за внимание: необходимо показывать ребенку ваше положительное внимание к нему. Делать это лучше в относительно спокойные моменты, например, придумать какие-нибудь совместные занятия, игры или прогулки. Стоит попробовать, и вы увидите, какой благодарностью отзовется ваш ребенок.

Что же касается его привычных непослушаний, то их в этот период лучше всего оставлять без внимания. Через некоторое время ребенок обнаружит, что они не действуют, да и надобность в них, благодаря вашему положительному вниманию, отпадет.

Борьба за самоутверждение: уменьшить свой контроль за делами ребенка. Стоит воздержаться от таких требований, которые, по вашему опыту, он, скорее всего, не выполнит. Можно применить «метод подстройки»: вы не оспариваете решение, к которому он пришел, а договариваетесь с ним о деталях и условиях его выполнения. Но больше всего поможет избавиться от излишнего давления и диктата понимание, что упрямство и своеволие ребенка – это лишь раздражающая вас форма мольбы: «Позвольте же мне, наконец, жить своим умом».

Желание отомстить: прежде выяснить причину, почему ребенок обижает вас, что заставило ребенка причинить вам боль, какая боль у него самого? Чем вы обидели или постоянно обижаете его? Поняв причину, надо, конечно, постараться ее устранить.

Потеря веры в собственный успех: необходимо перестать требовать «полагающегося» поведения. Стоит «сбросить на ноль» свои ожидания и претензии.

Наверняка ваш ребенок что-то может и к чему-то даже очень способен. Найдите доступный для него уровень задач. Организуйте с ним совместную деятельность, сам выбраться из тупика он не может. Не допускайте критики в его адрес и ищите любой повод, чтобы его поощрить, отмечайте любой, даже самый маленький успех. Постарайтесь подстраховывать его, избавлять от крупных провалов. Стоит поговорить с учителями и попытаться сделать их в этом вашими союзниками. Вы увидите: первые же успехи окрылят вашего ребенка.

Есть еще много способов эффективного взаимодействия с детьми во время сложных ситуаций, которые описаны в тематической литературе. Например, некоторые советуют использовать внешние средства, то есть писать записки, оставлять детям памятки. Такой опыт использования внешних средств имеется в одной приемной семье, и он доказал свою эффективность. Вместо препирательств на тему «Кто сегодня моет посуду?» на стене кухни висит график выполнения этой обязанности членами семьи, также мама зачастую оставляла маленькие приятные записочки в разных местах для детей.

Также можно просто описать проблему, при этом, не обвиняя ребенка в невыполнении требования и непослушании, или предоставить информацию о правильном положении вещей, опять же не обвиняя ребенка, так как гораздо легче воспринимать информацию, чем обвинения. Иногда родителям достаточно напомнить о чем-то при помощи одного лишь слова, и ребенок поймет, что он сделал не так.

Конечно, не стоит ждать, что ваши старания наладить мир и дисциплину в семье приведут к успеху в первый же день.

Главные усилия надо направить на то, чтобы переключать свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные действия, в каком-то смысле придется менять себя.

Каждый ребенок развивается по индивидуальной траектории. Есть только общие закономерности, уяснение которых облегчает понимание происходящего. Но выбирать момент и силу воздействия вам предстоит самим. И выбор делается только на основе вашей интуиции, знаний, опыта и отношения к ребенку.

Разумная дисциплина – это одно из необходимых условий развития ребенка; для ребенка одинаковый вред наносят как чрезмерно жесткие требования и меры воспитания, так и вседозволенность, т.е. отсутствие всяческих правил, запретов и ограничений. Способы дисциплины включают в себя установление правил, поощрения, наказания. Но помните о том, что очень многие модели поведения ребенок усваивает в общении с родителями и наблюдая за их поведением. Будьте примером ребенку в том, чего вы хотите добиться от него.

Основной задачей дисциплины не может являться тот факт, чтобы добиться от ребенка беспрекословного подчинения взрослому; если вы ставите такую цель, рано или поздно вы столкнетесь с серьезными негативными последствиями. Дисциплина должна способствовать тому, чтобы ребенок сам учился понимать границы дозволенного и принимать решения. С возрастом возможности родителей контролировать поведения ребенка уменьшаются, и ребенок начинает сам решать, что можно, а что нельзя. Поэтому важно, чтобы усвоение норм происходило путем их «включения» в структуру личности. Обсуждайте с ребенком существующие правила и ограничения; объясняйте, для чего они нужны; не требуйте невыполнимого; хвалите за поведение, которое считаете правильным; соблюдайте правила сами.

Есть несколько основных проблем, на которые жалуются многие приемные родители. Вот на них хотелось бы обратить ваше внимание более подробно:

Если ребенок дерется.

Гораздо более типичным такое поведение является для мальчиков. Вероятно, это объясняется целым комплексом причин — мужские гормоны, ожидаемые обществом модели поведения, более грубые игры. Девочки чаще выражают свою агрессию словом, выражением презрения, «отлучением» от себя. Прежде чем что-либо предпринимать, убедитесь, что это именно проявление агрессивности, а не просто игра или неумение объяснить свои желания.

Дети видят модели такого поведения на улице, в популярных телепередачах и переносят некоторые действия в свои игры. Многие дошкольники еще не в состоянии полностью контролировать сильные чувства и ведут себя импульсивно, не могут осознать все возможные последствия своих действий.

Можно и нужно научить детей действовать по-разному в разных обстоятельствах: там, где нужно, уметь защитить себя, где нужно — уйти от драки.

Как предотвратить проблему:

Ограничьте время просмотра боевиков и сериалов, если не можете их исключить полностью. Дайте ребенку возможность естественного конструктивного выхода энергии — не запрещайте бегать, вволю кататься на велосипеде и роликах, строить дома из стульев и т. п. Сделайте дома подобие боксерской груши.

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Если дети начинают драться или бороться в неподходящее время, скажите им: «Сейчас наступило время спокойно играть (собираться на прогулку, готовиться к обеду), а вот после вы сможете побороться, только возьмите матрац».

Договоритесь с ребенком о некоторых правилах борьбы; не ставить подножку, не бить ногами и т. п. Если ребенок отбирает игрушки и вещи у других, действуйте методом логических последствий: «Если ты отберешь игрушку у Кости, что может случиться дальше?»

Помогите ребенку осознать свое поведение. Как можно чаще, когда ребенок спокоен, давайте ему знать, что его поведение улучшается: «Видишь, ты можешь без кулаков объяснить другим, что хочешь, и дети принимают твои идеи. Наверное, сейчас ты гордишься собой».

Если ребенок слишком много капризничает и плачет.

Такое поведение, безусловно, беспокоит, а иногда и раздражает взрослых или приводит к тому, что ребенка начинают дразнить сверстники. Чтобы изменить ситуацию, нужно понять причины такого поведения.

Как предотвратить проблему:

Убедитесь в том, что ребенок здоров, в том, что никто не пугает его, не обижают исподтишка.

Предлагайте ему больше увлекательных активных практических занятий. Дайте достаточно свободы, чтобы он мог решать и действовать так, как считает нужным.

Снимите чувство незащищенности и неуверенности тем, что из разных концов комнаты говорите с ребенком: «Я вижу, как ты рисуешь», «Ты решила прибраться в кукольной комнате?».

Старайтесь максимально удовлетворять потребности ребенка: у него должно быть удобное место для отдыха и игр, должны быть в свободном пользовании игрушки.

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Если капризничает ребенок трех лет и старше, не реагируйте на его слезы, но скажите: «Объясни мне, в чем дело, и я буду знать, как тебе помочь». Когда вы заметите, что ребенок спокоен, скажите ему: «Как приятно видеть (играть, разговаривать с тобой), когда не плачешь».

Как только ребенок начинает говорить «капризным» тоном, прервите его и скажите: «Говори нормально, чтобы могла понять, в чем дело». Объясните ребенку, что он может поплакать, сколько хочется, но только в таком месте, где никому не будет мешать.

Внимательно наблюдайте за ребенком, чтобы убедиться, что его поведение не связано с определенным временем, или определенными людьми. Например, он может становиться плаксивым перед сном, обедом. В таком случае проявите гибкость и немного измените время сна и еды.

Если ребенок часто устраивает истерики.

Дети закатывают истерики потому, им часто не хватает слов, чтобы выразить свои потребности. Неудовлетворенность от непонимания накапливается и выливается в слезах и криках. Ребенок, особенно дошкольного возраста, который регулярно закатывает истерики и который не страдает задержками языкового и умственного развития, возможно находится в стрессовом состоянии. Причин этому может быть множество — слишком высокие или, напротив, слишком низкие требования взрослых, пренебрежение к его нуждам, жестокие наказания, раздор в семье, физическое недомогание, связанное с сильными болями, чрезмерная избалованность или нехватка социальных навыков.

Как предотвратить проблему:

Подумайте, как предоставить детям достаточно возможностей для выхода чувств и эмоций. Эмоциональных срывов будет меньше, если вы дадите ребенку возможность действовать по собственному плану и разумению (с вашей поддержкой и под присмотром), т. е. не будете подавлять его инициативу и самостоятельность.

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Старайтесь не обращать внимания на истерики, только следите, чтобы действия ребенка не угрожали безопасности его и окружающих. Помните, что цель такого поведения — добиться желаемого или «выпустить пар». В любом случае, если вы обращаете на истерику внимание (неважно, позитивное или негативное), вы способствуете тому, чтобы такие вещи происходили чаще.

Если своей истерикой ребенок приводит в замешательство окружающих, то быстро отведите его в сторону подальше от «зрителей». Спокойно скажите ему: «Бывает так, что человек очень сильно сердится, и это нормально. Но совсем не нормально, когда этот человек начинает мешать остальным. Когда ты почувствуешь, что успокоился, можешь вернуться к нам (к детям)».

Попросите, чтобы вместе с вами за ребенком наблюдали более опытные люди, — возможно, вы, сами того не ведая, делаете нечто такое, что провоцирует ребенка на истерики.

Обсудите возможные причины такого поведения с другими членами семьи. Вместе подумайте над тем, как решить эту проблему.

Если ребенок испытывает страхи.

Страхи возникают потому, что у детей сильно развито воображение, и потому, что как раз в дошкольном возрасте, в сознании начинают возникать причинно-следственные связи, например: «Если темно — не видно опасности, а если ее не видно — я не смогу защитить себя». Дети переживают период конфликта с собой, когда они уже хотят быть независимыми и в то же время им еще нужна защита взрослого.

Некоторые одаренные дети проявляют повышенные страхи из-за того, что у них сильно развито воображение, интеллект. В их голове возникают самые невероятные взаимосвязи, и в то же время правильно относиться к ним ребенок еще не умеет.

Страх перед чудовищами может представлять собой проявление повышенной тревожности ребенка. У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них все еще остается далеко не во всем понятным.

Переживать страхи — это нормально, если только они не начинают мешать ребенку играть, заводить друзей и быть самостоятельным (в разумных пределах).

Как предотвратить проблему:

Создайте у ребенка ощущение безопасности. Это можно сделать, соблюдая режим, находя время для общения с ним. Относитесь с участием ко всем чувствам ребенка, даже если вам не нравится, как он себя ведет: «Я вижу, ты испугался. Думаю, я тоже испугался бы этой большой собаки».

Разными способами помогайте ребенку выразить свои страхи и опасения. Для этого можно поговорить о них, нарисовать их, сочинить страшные истории и записать их.

Почитайте книжки, лучше всего традиционные сказки, в которых говорится о том, как героям удалось преодолеть трудности и спастись от опасностей.

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Не поддавайтесь соблазну сказать что-то вроде: «Нечего тут бояться».

Никогда насильно не заставляйте ребенка сделать то, чего он боится.

Старайтесь поддержать его: «Я знаю, что ты боишься темноты, давай оставим дверь приоткрытой. Я буду в соседней комнате, и ты всегда сможешь позвать меня».

Если ребенок ябедничает.

Это явление обычно возникает, как попытка привлечь к себе внимание. Дети часто ябедничают, считая, что могут возвыситься свое «Я» за счет представления других детей в дурном свете.

Как предотвратить проблему:

Как можно чаще проявляйте к своему ребенку заботу и внимание, говорите ему о положительных чертах его характера. Предлагайте рассказать что-нибудь хорошее о его друзьях.

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Постарайтесь уделить «ябед» минимум внимания, но не обрывайте его и не отчитывайте, ведь, недослушав ребенка, вы никогда не поймете, что движет им — желание «настучать» или желание поделиться важной информацией.

Попросите его поговорить о поступке, о котором он сейчас рассказывает вам, с ребенком, его совершившим, а не с вами.

Спросите «ябеду», как бы он сам поступил в подобной ситуации. Похвалите ребенка, когда он просто беседует с вами: «Мне очень приятно говорить с тобой, когда ты не ябедничаешь».

Если ребенок часто обманывает.

Все дети иногда говорят неправду. В большинстве случаев они делают так потому, что не считают это чем-то недопустимым или безнравственным. Они убеждены, что нет ничего плохого в том, чтобы соврать, если этим сможешь другу или избежишь наказания. Никакие лекции, нотации и внушения тут не помогут и поведения не изменят. Вместо этого взрослые должны перестать ставить детей в такие ситуации, когда они вынуждены лгать, «чтобы спасти свое лицо». В отдельных случаях мы должны просто прощать, относя это на счет поведения, типичного для маленького ребенка. Иногда можно принять за ложь фантазии малыша. К обману они никакого отношения не имеют.

Как предотвратить проблему:

При всякой возможности старайтесь показать ребенку разницу между миром фантазии и реальным миром: «Конечно, играть в Бэтмена интересно, но он ненастоящий, его придумал писатель, а потом сняли фильм».

Постарайтесь не ставить ребенка в ситуации, когда он будет вынужден оправдываться. Не спрашивайте: «Почему ты так сделал?» — лучше спросите: «Что произошло, когда вы поссорились?». У ребенка должно развиваться чувство собственного достоинства. Это возможно только тогда, когда он будет твердо знать, что его любят и принимают в любых ситуациях.

Как справиться с проблемой, если она уже есть.

Если ребенок врет вам прямо в глаза, не уличайте его, не ругайте. Если вы твердо знаете, что ребенок сейчас лжет, скажите: «Ты рассказал очень интересную занимательную историю», — давая ему понять, что отличаете ложь от правды.

Никогда не спрашивайте у ребенка, правда ли то, что он сейчас рассказывает, потому что это как раз и поставит его в ситуацию обмана.

Упорное вранье — сигнал того, что ребенок сильно неуверен в себе: он испытывает потребность «сочинить себя», чтобы быть более значимым для окружающих.

Если обман связан с отрицанием факта совершения поступка, скажите: «Мы все иногда поступаем не так, как нужно. Ты хороший человек, давай вместе решим, что нужно сделать».

Если ребенок упрямится.

Причинами такого поведения далеко не всегда являются личные особенности ребенка. Чаще всего это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентирующих, лишаящих ребенка инициативы и самостоятельности.

Подумайте, прежде чем предпринимать «ответственные меры». Что значит «упрямиться»? Проанализируйте примеры упрямства. Спросите других членов семьи, воспитателей, педагогов как отзывается ребенок на их просьбы и предложения.

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Если все дело в ваших действиях — начинайте с себя. Пересмотрите ваши собственные требования к послушанию ребенка. Выделите ему достаточное пространство для проявления самостоятельности, инициативы.

Измените свой словарь. Исключите выражения, подчеркивающие негативные стороны действий ребенка: «опять ты упрямисься», «делаешь мне назло» и т. д. Напротив, используйте слова, подчеркивающие эффективность действий, инициативы

ребенка: «Ты решил сам надеть ботинки, и у тебя все получилось», — характеризующие его лучшие стороны и достижения: «Я так рада, что ты не забыл положить щетку на место»; «Я люблю твоими игрушками — там такой порядок». Кому же не захочется повторять и повторять свои хорошие действия, если мама их видит и так приятно оценивает?

Попробуйте разобраться, чего не любит ребенок и чем совершенно безболезненно для него и вашего родительского авторитета это можно заменить. Например, ребенок категорически отказывается от купания в ванне. Нельзя ли заменить это принятием душа? Следует также спросить его самого, что может сделать купание в ванне приятным.

Не пытайтесь «переупрямить» упряма. Вы можете сдать быстрее, и тогда он и в другой раз найдет, как применить свою власть над вами.

Воровство.

Если только ребенка не учит воровать кто-нибудь из взрослых, что встречается довольно редко, то в большинстве случаев он это делает потому, что чувствует себя в чем-то обделенным. Такому ребенку кажется, что он лишен чего-то такого, что есть у других детей. Если дети обделены вниманием и заботой, они пытаются овладеть какими-то материальными объектами в качестве замены. Это приносит удовлетворение ненадолго, и они повторяют свои действия снова и снова. Взрослые люди тоже часто проделывают нечто в этом роде, когда начинают чувствовать себя одинокими, несчастливыми и нелюбимыми, только вместо воровства они покупают себе подарки.

Иногда ребенок кладет в карман игрушку просто по привычке класть все в карман, не задумываясь о том, что совершает что-то неправильное.

Как предотвратить проблему:

Позаботьтесь, чтобы ребенок не чувствовал себя обделенным вашим вниманием, заботой.

Помогите ребенку обрести чувство собственного достоинства, чтобы он не испытывал страданий от того, что у других есть нечто большее.

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Если подозреваете, что ребенок взял чужую вещь, но до конца не уверены в этом, попросите его вывернуть карманы, когда поблизости никого нет. Если окажется, что ребенок ничего не брал, объясните ему причины вашего беспокойства и обязательно извинитесь.

Если вы поймаете ребенка на воровстве, то спокойно попросите его положить предмет на место. Не стыдите его, не унижайте.

Предоставляйте ребенку больше возможностей выполнять роль лидера или вашего помощника. Это даст ему ощущение собственной значимости.

Если другим детям становится известно, что ребенок ворует, поговорите с ними о том, что важно помочь ему справиться с этой проблемой.

Обсудите вместе с другими членами семьи, с педагогами возможные причины такого поведения. Вместе их найти намного проще.

Злость и жестокость.

Видеть в детях злость и жестокость всегда очень тревожно и неприятно. Мы задумываемся, не вырастут ли из них такие взрослые, которые идут на преступления, не обращая внимания на боль и страдания других людей. Дети, которые часто проявляют

злость и жестокость, могут делать это из-за того, что чувствуют себя незащищенными, нелюбимыми или слишком часто видят образцы такого поведения вокруг себя.

Как предотвратить проблему:

Следует проявлять к ребенку симпатию, не рассматривая его как проблему. Нужно дать понять ребенку, что он хороший, достойный любви человек, но некоторые его поступки вы не одобряете. Признайте гнев, ярость ребенка приемлемыми чувствами, но покажите другие способы их выражения: «Я знаю, что ты был зол. Это нормальное человеческое чувство. Если тебе не нравится то, что делается - скажи об этом словами или выбери для игры кого-нибудь другого». «Я понимаю, что ты не любишь пауков. Я тоже их не люблю и даже боюсь, но убивать их нельзя, лучше отойти в сторону, пусть скорее убегают к своим деткам».

Как справиться с проблемой, если она уже есть:

Вмешивайтесь каждый раз, когда видите проявления жестокости, и заставьте ребенка в полной мере осознавать, к каким результатам привело его поведение. «Когда ты выгнал Андрея из игры, он очень обиделся, ему было больно от такой несправедливости».

Поймите, что ребенок, который проявляет жестокость, пытается «поднять» себя за счет того, что обижает других. Помогите ему увидеть в себе хорошее, никак не зависящее от сравнения с другими: «Каждый человек очень важен. Вот ты так любишь и умеешь рисовать, что все дети с удовольствием просят тебя помочь». Не скупитесь на ласку, когда ребенок проявит хорошие чувства по отношению к другим: «Ты помог Коле, ты хороший друг».

Помогите другим детям, по отношению к которым проявляется жестокость и насилие, постоять за себя: «Я буду играть с тем, с кем хочу», «Никто не имеет права делать мне больно».

Если вам не нравятся черты характера вашего ребенка.

Для начала вспомните свое детство. Вашим родителям все нравилось в вас? Что они делали? Что вы чувствовали? Как вы к этому относились? Подумайте, не повторяете ли вы ошибок ваших родителей? Все-таки не нравятся?

Как быть?

Пожалуйста, действуйте осторожно, не тревожа ребенка, пока сами не разберетесь в причинах своего недовольства или тревоги.

Обдумайте, какие именно черты вам не нравятся. Понаблюдайте за ребенком — как, в каких ситуациях они проявляются. Вполне возможно, что вы какими-то своими действиями провоцируете ребенка на негативные проявления.

Попробуйте взглянуть на эти не устраивающие вас черты иначе. Например, ребенок «упрямый, настырный». Если не вы — причина упрямства, то посмотрите, как эти качества проявляются в самостоятельной деятельности ребенка: возможно, приняв решение, он обязательно выполняет его; начав дело, доводит его до конца, несмотря на внешние помехи (вы требуете, чтобы он немедленно шел обедать). Нет ли здесь положительных черт?

«Оборотной стороной медали» могут оказаться такие черты, которые очень желательны или компенсируются другими особенностями ребенка. Например, ребенок, на взгляд родителей, очень несобран, неаккуратен в своих вещах. Более внимательный взгляд на поведение ребенка может открыть возможную причину этих явлений — у него буйная

фантазия, он нее время что-то придумывает, и беспорядок — следствие развитого воображения в большей степени, чем прямая неаккуратность.

Самое главное: постарайтесь увидеть лучшие черты личности своего ребенка. Осознайте их значимость и ценность. Дайте возможность ему знать и чувствовать это. Способствуйте развитию сильных сторон характера, это придаст ребенку уверенность, желание измениться в лучшую сторону.

Если вы хотите вырастить успешного ребенка.

Можно, конечно, считать, что всем правит судьба — одному она дает все, другому чуть-чуть, а третьего и вовсе обходит. Но попробуйте присмотреться к тем людям, которых считаете успешными. Вполне возможно вы увидите, что они обладают такими качествами личности, которые им помогают достичь успеха. Чаще всего это — целеустремленность и инициативность, высокий уровень самоконтроля и умение не пасовать перед трудностями, умение общаться с другими людьми и убеждать их. Вы думаете, это врожденные черты? Скорее, они результат воспитания, то есть плоды того, как с этими людьми обращались в детстве. Что обязательно нужно делать.

Везде и всегда, где и когда это возможно, предоставляйте ребенку право самостоятельно выбирать: с чего начинать есть и какую рубашку (из двух предложенных вами) надеть, чем и в какой последовательности заниматься («Ты можешь поиграть один, или мы вместе посмотрим книжку») и т. п. Чем больше у ребенка практика принятия самостоятельных решений, тем больше уверенность в своих возможностях. Обязательно внушайте ребенку оптимизм: «У тебя обязательно получится», «Ты сможешь это сделать», «Я верю в твои способности».

В случае, если ребенок принял решение, но переоценил свои возможности, не меняйте своих установок: «Ну все, больше я тебе этого не позволю», — просто помогите ему получить положительный результат: «Давай вместе. Если бы сделал вот так, у тебя бы все получилось. Я верю, что в следующий раз все получится».

Поговорите с педагогами, с которыми находится ребенок, пока вы на работе, о том, что вы доверяете ему делать самому, и договоритесь с ними о взаимной поддержке.

Чего делать нельзя:

Не говорите ребенку: «Не сейчас», «В следующий раз обязательно, а сейчас я спешу», «Нет. Ты все испортишь. Я знаю, какой ты неумеха» и прочих грустных слов.

Не ставьте ему условий и не создавайте барьеров: «Если не сделаешь, не получишь, не пойдешь». Дело из-под палки, за подарок - уже не дело, а повинность. Не сравнивайте его решения и его результаты с другими детьми.

Это все, что касается детей младшего возраста. Но не менее, если не сказать более проблематичен и возраст подростковый. Как строить отношения с подростком в этот непростой период подросткового кризиса, чтобы уберечь свою нервную систему и не потерять контакт, теплоту и любовь с взрослеющим ребенком? Для того, чтобы лучше понять предложенные здесь советы, нужно знать, на чем они основаны, т.е. иметь представление о том, что такое подростковый кризис, физиологические и психологические основы кризиса подросткового возраста

Первым советом родителям подростка будет:

Расскажите подростку о том, что с ним творится. Для этого нужно выбрать подходящий момент, например, через какое-то время после незначительной ссоры, когда

подросток «взорвался» на пустом месте. Начните разговор, когда вы оба уже «остыли», но память о произошедшем конфликте еще свежа. Постарайтесь полностью отказаться от обвинительной и уличающей манеры и вложить в свой рассказ максимум теплоты и понимания. Поведите подростку о том, что происходит с его организмом и как это влияет на его эмоции и поведение. Дайте ему знать, что вы его понимаете и готовы поддержать, но не намерены спускать все с рук, т.к. он уже достаточно большой для того, чтобы учиться справляться со своими эмоциями и брать за них ответственность на себя. Вы можете сказать ему нечто, вроде: «Когда чувствуешь прилив злости, обиды или раздражения, остановись, глубоко вдохни и представь себе, как эти чувства уходят и растворяются вместе с выдыхаемым воздухом. Если потренируешься и научишься этому, ты будешь значительно реже ссориться с окружающими. Но, если тебе все же не удалось удержаться, и ты сорвался, найди в себе мужество открыто в этом признаться и извиниться»

Подростку очень полезно знать о физиологических причинах его эмоциональных всплесков, но этого не достаточно, т.к., помимо резких перепадов эмоций, подростковый кризис проявляется во множестве других вещей. Поэтому подросток очень нуждается в вашей любви, понимании и поддержке. Вот ряд рекомендаций о том, как вы можете их выражать:

- Воспринимайте своего сына или дочь как взрослеющего человека. Ведь это уже не ребенок, полностью зависящий от вас, но еще и не взрослый, способный жить автономно. Поэтому и отношение к подростку должно быть соответствующее: необходимо найти золотую середину между тотальным контролем и вседозволенностью. Подросток нуждается именно в «контролируемой свободе», поскольку, как бы он ни кичился своей взрослостью, подсознательно он все еще находится в позиции воспитываемого ребенка.

- **Ни в коем случае** не делайте постоянных акцентов на недостатках внешности подростка! Даже очень мягко и ласково сказанные фразы, типа «ты моя пышечка», «носатик мой любимый», болезненно отзываются в сознании подростка, и он начинает постоянно обращать внимание на указанный недостаток, пытается его спрятать, кажется себе уродливым и недостойным любви. Это может приводить к таким ужасным последствиям, как, например, пищевые расстройства (анорексия и булимия), которыми последние несколько лет страдает такое количество девочек-подростков, что это превратилось в мировую проблему.

- Старайтесь не отвергать друзей вашего ребенка, даже если вы считаете, что дружба с ними может ему навредить. Подросток имеет право выбирать круг общения. Доверяйте своему ребенку и давайте ему право получать необходимый жизненный опыт, который он черпает из общения со своими друзьями. Бывают, конечно, и критические ситуации, когда люди, окружающие ребенка, могут принести ему непоправимый вред (например, прирастить к наркотикам). В таком случае начните с мягкого высказывания своего мнения о том вреде, который они способны нанести подростку, но не ждите мгновенной реакции. Наберитесь терпения и продолжайте мягко напоминать ему о недостатках его друзей, давая ему время самому понять, что за люди его окружают. Ведь, если вы попытаетесь директивно запретить контактировать с ними, это приведет лишь к вашему конфликту с ребенком, его страданиям и попыткам встречаться с друзьями за вашей спиной, например, вместо хождения в школу.

- Интересуйтесь жизнью подростка. Многие старшеклассники говорят о том, что их общение с родителями ограничивается лишь формальным ежевечерним вопросом «ну, как дела в школе?», на который они отвечают так же формально. За фразой «не лезьте в мою жизнь», на самом деле, скрывается огромная потребность подростка в понимании и интересе со стороны взрослых. Поэтому интересуйтесь жизнью ваших детей, их проблемами и переживаниями. И ни в коем случае не обесценивайте эти проблемы, даже если они кажутся вам совсем не значительными и по-детски наивными, ведь это жизнь вашего ребенка, поэтому, говоря «перестань, это же ерунда», вы обесцениваете саму его жизнь. А он нуждается в поддержке, мудром совете и понимании.

- Не накладывайте жесткое вето на разговоры о сексе. Склонность подростков «все оплошлять», находя эротический подтекст даже в том, что, казалось бы, не имеет никакого отношения к сексу, есть не что иное, как доступное им снятие сексуального напряжения. Не бойтесь говорить со своим ребенком об интимной стороне жизни, т.к. подобные разговоры помогают ему сформировать адекватное отношение к той части действительности, которой он рано или поздно коснется.

- Предоставляйте подростку место и время для уединения, т.к. он зачастую нуждается в том, чтобы побыть наедине с самим собой, разобраться в своих чувствах и переживаниях, подумать о себе, своих проблемах, пофилософствовать и просто насладиться одиночеством.

- Не вторгайтесь в личное пространство подростка против его воли. Не выкидывайте его вещей и не убирайтесь в его комнате без его ведома и согласия. т.к. в подростковом возрасте для ребенка огромное значение приобретает обстановка, в которой он живет. Она становится не просто выражением его внутреннего мира, а его частью. И он готов защищать ее также ревностно, как и пространство своих переживаний и мыслей. Так же старайтесь не допытывать подростка расспросами о том, что с ним происходит, если он дает вам однозначно понять, что не хочет говорить в данный момент.

- Но вам стоит всегда показывать подростку, что вы готовы его выслушать и поддержать. Для этого вы можете использовать фразы, типа «если захочешь поговорить, я на кухне».

- Спокойно относитесь к максимализму подростка и его резкости в суждениях. Просто поймите, что в данный период времени ваш ребенок так мыслит, и не в его власти это изменить. Не пытайтесь переубеждать подростка, ожидая мгновенного согласия. Вам стоит мягко показывать другие возможные точки зрения. И, поверьте, даже если ваш ребенок всем своим видом демонстрирует, что в корне с вами не согласен, он прекрасно вас слышит и в конечном итоге зачастую руководствуется вашим более мудрым мнением, хотя лишь в крайне редких случаях признается в этом.

Часто можно услышать от подростков, чьим родителям удается вести себя подобным образом, такие фразы: «Моя мама - моя лучшая подруга. Я могу рассказать ей абсолютно все, и она всегда меня поддерживает и помогает советом».

Но бывают ситуации, в которых не помогает даже подобное мудрое и чуткое отношение. Тогда кризис подросткового возраста становится настоящей проблемой - подросток пускается во все тяжкие: перестает учиться, начинает употреблять алкоголь и наркотики, ворует и лжет, предпринимает попытки самоубийства и многое другое. В такой ситуации советами ограничиться не получится. Здесь нужна консультация квалифицированного психолога, который поможет подростку и его семье преодолеть это критическое время.

В заключение можно выделить несколько основных рекомендаций, следуя которым родителям будет легче общаться с детьми и добиваться поставленных целей в воспитании:

.ребенку необходима безусловная любовь родителя-любовь, не зависящая ни от каких обстоятельств, поведения ребенка, его успехов и недостатков;

.ребенок должен чувствовать, что родители уважают его, принимают таким, какой он есть, доверяют ему. Это позволит ребенку быть уверенным в себе и своих отношениях с родителями;

.ребенок не должен бояться своих родителей ни при каких обстоятельствах;

.необходимо с вниманием относиться ко всему, что происходит с ребенком.

И последнее, что очень важно знать: вначале, при первых ваших попытках улучшить взаимоотношения, ребенок может усилить свое плохое поведение! Он не сразу поверит в искренность ваших намерений и будет проверять их. Так что придется выдержать и это серьезное испытание.

Помните также и о том, что взрослым тоже иногда нужна помощь и поддержка. Мы тоже можем уставать, испытывать напряжение и стресс. Иногда нам трудно встать на позицию сопереживания ребенка, потому что его поведение вызывает у нас гнев, обиду, тревогу, недоумение, страх, растерянность и т. д. Все то, что мы говорили о поддержке ребенка, справедливо и для родителя. Общайтесь с теми, кто вас поддерживает и хвалит. Просите друзей рассказывать вам обо всех позитивных изменениях в ребенке. Хвастайтесь, показывайте фотографии, пишите о себе в Интернете, общайтесь с другими такими же родителями и делитесь с ними своими переживаниями, сомнениями и успехами.

Не пытайтесь быть идеальным родителем, не требуйте от себя и от ребенка всего и сразу. Жизнь не кончается сегодня. Если сейчас ребенок не знает, не хочет, не может, это вовсе не означает, что так будет всегда. Дети растут и меняются, порой до неузнаваемости. Важно, чтобы к тому моменту, когда ребенок будет готов измениться к лучшему, отношения между вами не были бы безнадежно испорчены. Помните, главное, для чего вы встретились и теперь живете одной семьей - это отношения: уважение, близость, доверие, забота.

И обращайтесь за помощью к специалистам, если почувствуете, что не справляетесь сами.