Что же касается тактики «завинчивания гаек», то она сплошь и рядом приводит к прямо противоположным результатам: дети бунтуют, а правила при первой же возможности нарушаются.

***ГБСУ РК «Керченский МСРЦН»* представляет...**

*Чтобы не допускать глубокого разлада ребенка с самим со- бой и окружающим миром, нужно постоянно поддерживать* **его самооценку или чувство самоценности.**

## Давайте еще раз посмотрим, как мы можем это де- лать.

1. **Безусловно принимать его.**

1. **Активно слушать его переживания, и потребности.**
2. **Бывать (читать, играть, заниматься) вместе.**
3. **Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляет- ся.**
4. **Помогать, когда просит.**
5. **Поддерживать успехи.**
6. **Делиться своими чувствами (значит доверять).**
7. **Конструктивно разрешать конфликты.**
8. **Использовать в повседневном общении при-ветливые фразы.**

***Например:***

***Наш адрес: г. Керчь, ул. Всесоюзная, 9, Тел. 6-75-66***

***Мне хорошо с тобой. Я рада тебя видеть.***

***Хорошо, что ты пришел. Мне нравится, как ты... Я по тебе соскучилась.***

***Давай (посидим, поделаем...) вместе. Ты, конечно, справишься.***

***Как хорошо, что ты у нас есть. Ты мой хороший.***

1. **Обнимать не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день.**

И многое другое, что подскажут вам интуиция и любовь к ва- шему ребенку, незамутненные огорчениями, которые, хоть и слу- чаются, но, вполне преодолимы!

***Удачи вам и душевного благополучия!***

***Материал подготовлен педагогом—психологом Баранцевой Н.Н.***

*Если Вас заинтересовала подробная информация по вопросам воспита- ния, то более подробно Вы можете ознакомится с ней, прочитав книгу* ***Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком Как?»***

Давайте обсудим самые трудные случаи, когда родители, по их словам, не могут справиться с ребенком, когда непослушание и конфликты на почве дисциплины становятся скорее прави- лом, чем исключением. «Трудными» чаше бывают подростки, но могут быть и дети любого возраста.

*Если общение с ребенком приносит вам больше забот и огорчений, чем радости или, еще того хуже, зашло в тупик, не отчаивайтесь. Дело можно поправить, однако предстоит спе- циальная работа.*

*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 силь- нее, чем дети более устойчивые. ***Отсюда следует вывод:***

## «трудный» ребенок нуждается только в помощи — и ни в коем случае не в критике и наказаниях.

*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,** а не рациональная. Больше того, она не осознается ни взрослым, ни самим ребенком. ***Отсюда вывод: такие причины надо знать.***

## Психологи выделили четыре основные причины се- рьезных нарушений поведения детей.

**Первая — борьба за внимание.**

Если ребенок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмо- ционального благополучия (о чем мы уже много говорили), то он находит свой способ его получить: непослушание.

Родители то и дело отрываются от своих дел, сыплют заме- чания... Нельзя сказать, что это уж очень приятно, но внима- ние все-таки получено. Лучше такое, чем никакого.

**Вторая причина — борьба за самоутверждение** против чрезмерной родительской власти и опеки.

Стоит «сбросить на ноль» свои ожидания и претензии. Навер- няка ваш ребенок что-то может и к чему-то даже очень спосо- бен. Но пока он у вас такой, какой есть. Найдите доступный для него уровень задач. Это ваш исходный плацдарм, с которого вы можете начать двигаться вперед. Организуйте с ним совмест- ную деятельность, сам выбраться из тупика он не может.

# При этом нельзя допускать в его адрес никакой крити- ки!

Ищите любой повод, чтобы его **поощрить,** отмечайте любой, даже самый маленький успех. Постарайтесь подстраховывать его, избавлять от крупных провалов. Стоит поговорить с учите- лями и попытаться сделать их в этом вашими союзниками. Вы увидите: первые же успехи окрылят вашего ребенка.

## В заключение нескольких дополнительных замеча- ний.

Бесполезно ждать, что ваши старания наладить мир и дисциплину в семье приведут к успеху в первый же день. Путь предстоит **долгий и трудный,** он потребу-ет от вас немалого терпения. Вы, наверное, заметили: главные усилия надо на- править на то, чтобы переключать свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные дейст- вия. Да, в каком-то смысле придется **менять себя.** Но это - единственный путь воспитания вашего «трудного» ребенка.

# «ТОЛЬКО ПОПРОБУЙ!..»

Некоторые родители считают, что с детьми, чем строже, тем луч- ше. Посмотрим, так ли это. Действительно ли тактика

«завинчивания гаек» помогает добиться дисциплины? Практиче- ский вывод из многих других исследований: если мы хотим привить ребенку дисциплину, нужно оставить ему возможность для собст- венного решения о правильном поведении, некоторый «люфт», кото- рый даст ему почувствовать долю самостоятельного решения.

Делайте его соучастником выработки правил, получайте его внутреннее согласие на их выполнение. Поступая так, вы будете и в вопросе о дисциплине использовать чудодейственную силу за- кона «зоны ближайшего развития»

А уж после этого гораздо легче перейти с позиции исправле- ния на позицию помощи.

Помощь в каждом случае, конечно, будет разная.

***Если идет борьба за внимание***, необходимо найти способ показать ребенку ваше **положительное внимание** к нему. Де- лать это лучше в относительно спокойные моменты, когда никто никому не досаждает и никто ни на кого не рассержен. Вы уже знаете, как: придумать какие-нибудь совместные занятия, игры или прогулки. Стоит попробовать, и вы увидите, какой благо- дарностью 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 надоб- ность в них, благодаря вашему положительному вниманию, от- падет.

***Если источник конфликтов — борьба за самоутвер- ждение***, то следует, наоборот, **уменьшить свой контроль** за делами ребенка. Мы уже не раз говорили, как важно для детей накапливать опыт собственных решений и даже неудач.

В переходный период налаживания ваших отношений воз- держивайтесь от таких требований, которые, по вашему опыту, он, скорее всего не выполнит. ***Напротив, очень помогает то, что может быть названо «методом подстройки»:*** вы не оспариваете решение, к которому он пришел, а договари- ваетесь 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, нако- нец, жить своим умом».

***Если вы испытываете обиду***, то нужно спросить себя: что заставило ребенка причинить ее вам? **Какая боль, у него са- мого?** Чем вы обидели или постоянно обижаете его? Поняв при- чину, надо, конечно, постараться ее устранить.

***Самая трудная ситуация — у отчаявшегося родите- ля и разуверившегося в своих силах подростка.*** Умное по- ведение родителя в этом случае — **перестать требовать**

«полагающегося» поведения.

Знаменитое требование «я сам» двухлетнего малыша сохра- няется в течение всего детства, особенно обостряясь у подрост- ков. Дети очень чувствительны к ущемлению этого стремления. Но им становится особенно трудно, когда родители общаются с ними в основном в форме указаний, замечаний и опасений.

*Родители считают, что так они прививают своим де- тям правильные привычки, приучают их к порядку, преду- преждают ошибки, вообще — воспитывают.*

***Это необходимо, но весь вопрос в том, как это делать***. Если замечания и советы слишком часты, приказы и критика слишком резки, а опасения слишком преувеличены, то ребенок начинает восставать.

***Воспитатель сталкивается с упрямством, своеволи- ем, действиями наперекор.*** Смысл такого поведения для ре- бенка — отстоять право самому решать свои дела, и вообще, по- казать, что он личность. И неважно, что его решение подчас не очень удачно, даже ошибочно. Зато оно свое, а это — главное!

# 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 от- лучили от семьи (положили в больницу, послали к бабушке); родители постоянно ссорятся...

Много и единичных поводов для обиды: резкое замечание, невыполненное обещание, несправедливое наказание.

*И снова в глубине души ребенок переживает и даже страда- ет, а на поверхности — все те же протесты, непослушание, неуспеваемость в школе.*

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 соб- ственный успех.

Может случиться, что ребенок переживает свое не- благополучие в какой-то одной области жизни, а неудачи у него возникают совсем в другой.

*Например*, у мальчика могут не сложиться отношения в клас- се, а следствием будет запущенная учеба, в другом случае неус-

пехи в школе могут привести к вызывающему поведению дома и т.д.

*Подобное «смещение неблагополучия» происходит из-за низ- кой самооценки ребенка. Накопив горький опыт неудач и кри- тики в свой адрес, он вообще теряет уверенность в себе. Он приходит к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не по- лучится». Это — в душе, а внешним поведением он показыва- ет: «Мне все равно», «И пусть плохой», «И буду плохой!».*

Согласитесь, что стремления трудных детей вполне **положи- тельны и закономерны** и выражают естественную потребность в тепле и внимании родителей, потребность в признании и ува- жении его личности, чувство справедливости, желание успеха. *Беда «трудных» детей в том, что они, во-первых, остро стра- дают от нереализации этих потребностей и, во-вторых — от попыток восполнить эту нехватку способами, которые ничего не восполняют.*

Почему же они так «неразумны»? Да потому, что **не знают,** как это сделать иначе? *И поэтому всякое серьезное нарушение поведения подростка — это* **сигнал о помощи.** Своим поведе- нием он говорит нам: «Мне плохо! Помогите мне!»

***Может ли родитель помочь ему?*** Практика показы- вает: вполне может, но только для этого нужно понять глубин- ную причину непослушания. Нужно сначала разгадать, какая из четырех эмоциональных проблем мешает ему нормально су- ществовать. Соответственно, ваши действия будут разными.

Задача понять причину, на первый взгляд, непростая. Ведь разные причины внешне проявляются одинаково.

Например, плохая учеба может быть связана и с желанием привлечь внимание, и с нежеланием подчиняться чужой воле, и с попытками «отплатить» родителям, и с потерей веры в свои силы.

И все же выявить истинную причину непослушания и плохо- го поведения довольно просто, хотя способ может показаться па- радоксальным: **родителю нужно обратить внимание на соб- ственные чувства.**

Посмотрите, какая эмоциональная реакция возникает у вас самих при повторном непослушании и неподчинении ребенка.

При разных причинах эта реакция разная. ***Вот такой уди- вительный факт: переживания родителей — это свое- образное зеркало скрытой эмоциональной проблемы ре- бенка***.

Давайте посмотрим, какие же родительские чувства соответ- ствуют каждой из четырех названных причин.

Если ребенок **борется за внимание,** то и дело досаждая сво- им непослушанием и выходками, то ***у родителя возникает раздражение.***

Если подоплека стойкого непослушания — **противо- стояние** воле родителя, то у последнего возникает ***гнев.***

Если скрытая причина — **месть,** то ответное чувство у роди- теля — ***обида.***

Наконец, при глубинном переживании ребенком своего не- благополучия ***родитель оказывается во власти чувства безнадежности, а порой и отчаяния****.*

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

*Что же делать дальше? Это, конечно, ключевой вопрос.*

Первый и общий ответ на него такой: **постараться не реа- гировать 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.*

## Значит, задача родителя — перестать реагировать на непослушание прежними способами и тем самым разорвать заколдованный круг.

Конечно, сделать это нелегко. Эмоциям не прикажешь, они включаются почти автоматически, особенно когда конфликты застарелые, «со стажем». И все же изменить характер общения можно! Можно остановить если не эмоцию, то, по крайней мере, все, что за ней следует: замечания и наказующие действия.

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 «воевал».

