СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Все родители хотят блага для своих детей. Однако дети не оправдывают ожиданий родителей в некоторых случаях. Порой отношения с ребёнком напряженные, особенно, если он подросток.

Четыре основных начала хороших отношений суть:

1. Взаимное уважение (Я уважаю себя самого и тебя - именно поэтому я не позволю тебе делать из меня мальчика для битья. Кроме того, я хотел бы, чтобы ты знал, что другие люди так же важны, как мы сами).

2. Поддержка .

3. Совместные приятные переживания (это очень помогает разрядить ситуацию и наладить сотрудничество).

4. Признание (Его должно быть достаточно всем членам семьи - я должен регулярно показывать своим детям, что они мне небезразличны, что я их люблю). Очень важно

5. отводить время на совместные дела: если надо, планировать семейные поездки на природу, совместный отдых, семейные ужины в спокойной обстановке. Все это тоже способствует созданию непринужденной атмосферы взаимной любви, которая так необходима детям для нормального роста и развития.

Дети умеют ловко манипулировать взрослыми, а уж родителей они знают лучше всяких других взрослых.

И эти знания используют для достижения скрытых целей, часто даже неосознанно.

КАК НЕ ПОПАСТЬСЯ НА УДОЧКУ РЕБЕНКА

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *НАЖИВКА* | *РОДИТЕЛЬ*  *ВИДИТ НАЖИВКУ* | *И ПОПАДАЕТСЯ*  *НА КРЮЧОК* | *КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ* |
| Постоянные драки и ссоры между Сарой и Джоном Громкие крики и непрекращающееся нытье, чтобы привлечь внимание матери | Когда ребенок ищет ВНИМАНИЯ, родители обычно чувствуют РАЗДРАЖЕНИЕ | Мать вознаграждает детей за их «труды», обращая внимание на их плохое поведение - пытаясь рассудить их, поправляя, напоминая, ругая. Однако плохое поведение скоро возобновляется Используемый матерью метод не приносит желаемых результатов | Попытайтесь не позволить детям вовлечь себя в их ссоры (кроме случаев, когда возникает реальная угроза их жизни и здоровью) Отказывайте им во внимании «по первому требованию» С другой стороны, найдите время, чтобы уделить им позитивное внимание, когда они этого не ожидают |
| 11-летний Майкл наотрез отказывается убирать за собой посуду и помогать ее мыть | Когда ребенок вступает в БОРЬБУ ЗА ВЛАСТЬ, родители могут почувствовать ГНЕВ | Отец Майкла читает ему нотации, спорит с ним, и в конце концов заставляет его подчиниться Майкл злится на отца и втайне строит планы мести | В большинстве случаев не следует пытаться утвердить свое первенство. Уклонитесь от конфликта и обсудите ситуацию позже, когда все немного успокоятся |
| 17-летняя Мэри три недели отказывается разговаривать с отцом | Когда ребенок пытается ОТОМСТИТЬ, родители могут почувствовать себя ОБИЖЕННЫМИ | Отец грозит страшными карами, если Мэри не откажется от своего обета молчания Она в свою очередь еще больше разочаровывается и уходит в себя | Вряд ли вы добьетесь своего, если будете применять к детям меры возмездия Если вы будете вести себя дружественно и непринужденно, атмосфера в семье постепенно улучшится без дополнительных усилий |
| 8-летний Джордж крайне медлителен и неуклюж, к тому же у него практически нет друзей | Когда ребенок демонстрирует свою НЕАДЕКВАТ-  НОСТЬ, родители могут чувствовать БЕЗНАДЕЖНОСТЬ/БЕСПОМОЩ-  НОСТЬ | Родители Джорджа то уговаривают его, то пилят, то оставляют в покое. Иногда могут сжалиться и сделать «работу» за него, а навыки самообслуживания у Джорджа тем временем не улучшаются | Тут не помогут ни жалость, ни критика Все время ищите любые признаки улучшения и «замечайте» их Поддержка может творить чудеса |
| 13-летняя Эвелин потеряла всякий интерес к учебе и начала все позже возвращаться домой | Когда ребенок ищет ПОДДЕРЖКИ СО СТОРОНЫ ДРУЗЕЙ, родители могут почувствовать БЕСПОКОЙСТВО/ОЗАБОЧЕННОСТЬ | Родители Эвелин отчитывают, пилят, угрожают, что приводит к постоянным ссорам и напряженности во взаимных отношениях Атмосфера в доме стала угнетающей и крайне неприятной | Попытайтесь продемонстрировать заинтересованность в самой Эвелин и ее друзьях, найдите время поболтать с ней В более серьезных случаях реальные действия предпочтительнее разговоров — смотри Главу 6 |