

Часто задаваемые вопросы:

Вопрос: Что делать, если мне некогда заниматься с ребенком?

Ответ: Насколько я понимаю, у вас есть «более важные» дела. Стоит осознать, что порядок важности вы выбираете сами. В этом выборе вам может помочь известный многим родителям факт, что на исправление упущенного в воспитании детей потом уходит в десятки раз больше времени и сил.

Вопрос: Мой сын совершил плохой поступок, необходимо наказание, какое наказание приемлемо?

Ответ: Наказание - лишать его хорошего, чем делать ему плохо. Наказывать двигаясь от плюса к «0», а не от «0» к минусу. Ноль - это нейтральный ровный тон ваших отношений. Нужно иметь запас больших и маленьких праздников, семейных дел, традиций – зона радости, отмена которых будет для ребенка наказанием.

Вопрос: Я не могу понять причину плохого поведения и непослушания сына, как ее можно выяснить?

Ответ: Вам нужно обратить внимание на собственные чувства. Посмотрите, какая эмоциональная реакция возникает у вас при повторном непослушании и неподчинении ребенка. Если у вас возникает раздражение, то ребенок борется за внимание, то и дело досажая своими выходками и непослушанием. Если подоплека стойкого непослушания – противостояние воле родителя, то у вас возникает гнев. Если скрытая причина – месть, то ответное чувство у родителя – обида. Наконец, при глубинном переживании ребенком своего неблагополучия родитель оказывается во власти чувства безнадежности, а порой и отчаяния.

Вопрос: Мы выяснили причину, что же делать дальше?

Ответ: Помощь в каждом случае, конечно, будет разной. Если идет борьба за внимание, необходимо найти способ показать ребенку ваше положительное внимание к нему (например: организовать совместные занятия, игры, прогулки). Если источник конфликтов – борьба за самоутверждение, то следует, наоборот уменьшить свой контроль за делами ребенка. Для ребенка важно накапливать опыт собственных решений и неудач. Если вы испытываете обиду, то нужно спросить себя: что заставило ребенка причинить ее вам? Какая боль у него самого? Чем вы обидели или постоянно обижаете его? Поняв причину, надо, конечно, постараться ее устранить. Самая трудная ситуация – у отчаявшегося родителя и разуверившегося в своих силах подростка. Умное поведение родителя в таком случае – перестать требовать «полагающегося» поведения. Стоит «сбросить на ноль» свои ожидания и претензии. Найдите доступный для него уровень задач, организуйте для него совместную деятельность, сам выбраться из тупика он не может. Не допускайте критики в его адрес, ищите повод для поощрения за самый малый успех. Первые же успехи окрылят вашего ребенка. Путь к изменениям предстоит долгий и трудный, в каком-то смысле придется менять и себя.

Вопрос: У меня складывается ощущение, что мой ребенок считает себя плохим, неудачником, у него нет чувства самооценности. Чем я могу ему помочь?

Ответ: Чтобы не допускать глубокого разлада ребенка с самим собой и окружающим миром, нужно постоянно поддерживать его самооценку или чувство самооценности. Это можно сделать:

- Безусловно принимать его.
- Активно слушать его переживания и потребности.
- Бывать (читать, играть, заниматься) вместе.

- Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.
- Помогать, когда просит.
- Поддерживать успехи.
- Делиться своими чувствами (значит доверять).
- Конструктивно разрешать конфликты.
- Использовать в повседневном общении приветливые фразы. Например: Мне хорошо с тобой. Я рада тебя видеть. Хорошо, что ты пришел. Давай посидим вместе. Ты, конечно, справишься. Как хорошо, что ты у нас есть. Ты мой хороший.
- Обнимать не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день. И многое другое, что подскажут вам интуиция и любовь к вашему ребенку, незамутненные огорчениями, которые, хоть и случаются, но преодолимы.