

Если с ребенком трудно

Жизнь совершенного родителя не проста. Родители жалуются, что дети не слушаются. Дерутся, врут, хамят, но, к сожалению, так было всегда. Важно понять, как связаны поведение ребенка и ваши отношения. Оказывается, что разлад в отношениях заставляет ребенка вести себя не лучшим образом, а вас раздражаться и отчаиваться. Если вы зашли в тупик в отношениях, и не знаете, что с этим делать – отойдите назад, оставьте ситуацию, успокойтесь, поставьте ситуацию на паузу. Поразительно, но когда мы говорим о проблемах с детьми, то ребенок ребенок-противник в схватке. С кем воюем? Зачем? Поймите, он не враг. Маленький человечек рождается на свет незрлым и первое время его жизни он нуждается в том, чтобы рядом находился взрослый. Тот, кто будет спешить на первый зов, кто готов накормить, защитить, согреть. Более важных отношений у него не будет никогда. **Установить и удерживать** контакт со своим взрослым – вот главная забота ребенка. Все остальное возможно тогда, когда с этим контактом все в порядке. Глубокая эмоциональная связь, существующая, между ребенком и его взрослым называется **ПРИВЯЗАННОСТЬЮ**. Именно она помогает понять настроение друг друга, преодолевать усталость и лень, прилагать усилия, даже если страшно, чтобы услышать слова одобрения. Взрослый защищает и заботится, а ребенок доверяет и ищет помощи. Очень многое в поведении детей объясняется именно привязанностью или угрозой разрыва привязанности. Если понимать, что ребенку жизненно важна связь с вами, то очень многие случаи «плохого поведения» предстанут совсем в другом свете. Ребенку спокойно от присутствия взрослого самого по себе. Если взрослый недоволен, рассержен, гневается, разочарован, ребенку всегда страшно. В этот момент все ваши разумные доводы – пустое сотрясение воздуха. Это бесит еще больше, а он в ступоре, просто не может ни о чем думать. Если родители регулярно орут, скандалят, пугают, шантажируют, бьют, запирают в чулане – он отказывается от привязанности и начинает защищаться и «отмораживается». Стресс слишком велик. Тогда родитель больше не защита и опора. В таком состоянии воспитывать ребенка невозможно. Сбросьте стресс, выскажите свои чувства, остыньте, успокойтесь, помириться и только потом можно говорить правильные слова. Т.е мы даем ребенку понять, что я по – прежнему «твой», с нашей привязанностью все в порядке, чтобы ты не натворил. Ребенок не впадает в стресс и может слышать и думать, здраво оценивать свои поступки и их последствия. Мы, люди, уникальные личности со своими недостатками. Мы не хотим меняться по первому требованию каждого встречного, отстаиваем свою идентичность и целостность. Самые близкие люди должны принимать нас такими, какие мы есть, иначе нам становится очень плохо и страшно. Например: представьте, что вы гуляете по тропе над пропастью и страхует вас прочная веревка, которую держит близкий человек (родитель), вдруг веревка ослабла. Что случилось? Что вы будите делать? Дергать с замирание сердца ,и думать, а вдруг ее выпустили. Вот именно так делает ребенок, когда есть сомнения в прочности привязанности : «Ты по-прежнему мой взрослый? Я не могу жить в такой тревоге». Этот вопрос задает ребенок при помощи своего поведения. И ответа ждет не словами, а чувствами и действиями. Если взрослый дает ребенку возможность понять, что в любом случае я тебя по-прежнему люблю и ты можешь на меня рассчитывать , то ребенок успокаивается и может изменить свое поведение. Конечно, наш ребенок самый лучший, самый неотразимый и мы его ни за что не променяем ни на кого другого. И важно, чтобы сам ребенок это чувствовал. А если разговоры не помогают? Тогда, может быть, пора

переходить к действиям? А каким? Может его сильнее наказать? 1. Проблема физических наказаний заключается в том, что взрослый является источником защиты и чувства безопасности. Когда взрослый вдруг становится источником боли и стресс, у ребенка «земля уходит из-под ног», переворачивается картина мира. К 8 годам ребенок хорошо понимает, что чувствует родитель. Поэтому обречь на муки тревоги, столь же противоестественно, как родителю его бить. Одних детей более чувствительных может это сильно травмировать, другие перестанут реагировать на шлепки. Потом будет очень сложно объяснить, почему нельзя бить слабых и вообще драться. 2. Более сильная и жесткое насилие- насилие эмоциональное: оскорбление, угрозы, шантаж (я тебя тогда любить не буду, сейчас уйду и тебя оставлю, отдам в дет. дом). 3. Игнорирование. Стоит не замечать ребенка, словно его не существует и очень скоро ребенок начнет заискивать и просить прощения, понятно почему. Нет ничего ужаснее отвержения со стороны взрослого. Программа привязанности утверждает, если будешь внимательным к тебе взрослый, то ты спасен! Если нет – то ты обречен. Подростковые суициды происходят в тот момент, когда ребенок понимает, что он не такой, что родителям плохо, лучше бы его не было. Привычка эмоционально разряжаться через ребенка – это дурная привычка, своего рода зависимость. Необходимо понять, что изменить свое поведение, поведение ребенка изменится автоматически.