

добавляли: «Этих забот вам на двадцать лет хватит!» Боюсь, что боли, как и радости, хватит и на более длительный срок...

Ниже я собрала несколько групп вопросов, которые часто задают себе родители, регулярно испытывающие беспокойство за своих детей. Они до такой степени боятся навредить ребенку неправильным воспитанием, что их страх усиливает стресс у детей.

Должна ли я отказаться от идеи развода ради благополучия ребенка?

Никто не имеет права говорить вам, как поступать в вашей личной жизни, даже ваши дети. Я уже говорила, что я думаю о «жертвенности», столь популярной среди женщин. Отказ от созревшего и обдуманного решения не позволит вам оставаться полноценной личностью. Если вам плохо, ваш ребенок это почувствует. Он очень хорошо знает, что поддержание видимости благополучия — всего лишь обман. Ваша скрываемая грусть (боль) усиливает его тоску. Хуже того, он может решить, что это он виноват в том, что маме тяжело. Кроме того, вы несете ответственность за то, каким мужчиной (или женщиной) станет ваш ребенок: какой пример самоуважения вы ему показываете? Семейные неурядицы, а также серьезные перемены (переезд, разлука, развод) — это часть реальности, и это объективные стрессоры для ребенка. Они не смогут ввести ребенка в состояние стресса, если не сопровождаются какими-то дополнительными стрессорами. Если ваше решение однозначно, если вы готовы к переменам, то и ваш ребенок примет их адекватно и с вашей помощью сможет приспособиться к новым обстоятельствам.

Он совсем не слушается! Моя ли это вина?

Вам часто приходится повышать голос? Вы бесконечно повторяете одно и то же? Вы последовательны и уравновешенны? Если вы опускаете руки, вы меняете правила игры на полпути. Так что не удивляйтесь, если ваш ребенок творит неизвестно что: он больше не знает, какому правилу он должен следовать, и выбирает то, которое сулит ему меньше хлопот и позволяет получить максимум желаемого.

Советы:

- Чаще напоминайте правила, которые никогда не меняются (помните, что учение — это вопрос повторения и терпения).
- Формулируйте правила четко, они должны быть неоспоримы.
- Наказывайте ребенка за нарушения (формулируя, если необходимо, санкцию одновременно с правилом).

Ребенок устраивает истерики в магазине: как поступить?

Примите меры! Во-первых, ды-ши-те! Затем отведите смутьяна с того места, где все взгляды сходятся в одной точке. Нервный кризис ребенка подвергает испытанию прежде всего ваши нервы. Он также позорит вас как неумелого воспитателя и вызывает в вас чувство вины. И ваша мгновенная реакция (вы кричите/вы шлепаете его/вы торгуетесь) только вызывает укор в глазах окружающих и усиливает ваше чувство стыда.

Покидая место, где произошел инцидент, вы обеспечиваете «размыкание». Даже если вам придется тащить ребенка силой, выходите. Затем опуститесь на его уровень и говорите с ним спокойно, но строго, глядя ему в глаза и обращаясь

к нему по имени. Рыдания или крики должны вскоре прекратиться. Объясните ребенку, что вы от него хотите, не вдаваясь в обвинительные и иррациональные объяснения. Попросите его дышать глубже и спокойнее, и делайте это вместе с ним. Напомните ему, что он может послушать свое сердце (рука на груди), чтобы осознать, в каком состоянии он находится.

Я советую вам вернуться к этому эпизоду позже (тем же вечером, например), чтобы установить или вспомнить правила поведения в магазине (ресторане, в гостях и т. д.) и последствия их нарушения: если он так себя ведет, его больше не возьмут с собой в магазин. Вы также можете извлечь из этого пользу: заключить мини-контракт или установить «испытательный срок», без торговли и шантажа.

Я травмирую ребенка, когда бью его?

Не нужно преувеличивать... Довольно редко шлепок или пощечина навсегда остается в памяти ребенка, конечно, если вы не превратились в настоящего истязателя. Если в стремлении завоевать авторитет и уважение со стороны своего ребенка вы применили физическое наказание, это признак того, что у вас «не получилось», вы на грани и у вас иссяк запас аргументов (и терпения). Как бы то ни было, лучше всего этого избежать. Когда вы видите, что ребенок выходит из-под контроля, подумайте о том, что вы можете сделать, чтобы предотвратить собственный срыв и применение силы.

Если вы уже совершили непоправимое, не стремитесь тут же компенсировать свою неудачу. Ваша задача — извиниться, проанализировать вместе с ребенком ситуацию, которая вас обоих к этому привела (в идеале такая ситуация не должна больше повториться). Будет совершенно неуместно искупать свою вину, обнимая ребенка и предлагая ему подарок или какую-либо компенсацию.

Почему воспитательные меры, которые я применяю ко всем своим детям, дают разный результат?

Вы прекрасно понимаете, что воспитание — это не только задание формата. Дети появились в вашей жизни со своим собственным багажом: со своим характером и темпераментом. В зависимости от этих личных данных ваше воспитание и окружение, в котором ребенок растет, воздействует на формирование его индивидуальности... и это каждый раз происходит по-своему. То, как вы воспитываете ребенка, суммируется с тем, как влияет на него школа, а также общение со сверстниками или братьями и сестрами.

Вместе с тем вы и сами меняетесь со временем, так что вы уже не тот человек, который воспитывал вашего первого ребенка. Ваш возраст, ваш опыт, события, которые происходили в тот момент в вашей жизни, — все это ощутимо повлияло на «воспитателя», которым вы были. Ваша личность и ваша воспитательная манера развиваются, и осмелимся сказать, что они совершенствуются.

Наконец, нужно принять во внимание взаимоотношения между братьями и сестрами. Каждый ребенок берет на себя определенную роль. Выбранное место в семейной иерархии влияет на характер ребенка и на его отношения с другими людьми, и всегда есть разница между старшими и младшими детьми.

Нужно ли вознаграждать ребенка за все его успехи?

Вознаграждение, как правило, предполагает подарок в обмен на то, что ребенку удалось. Чаще всего это хороший результат в школе или переход в следующий класс. Разве это не напоминает дрессировку?