



Рекомендации по построению благоприятных детско-родительских отношений

Фундамент личности, или стиль жизни, закладывается и прочно закрепляется в детстве. Семейная атмосфера, установки, ценности, взаимоуважение членов семьи и здоровая любовь (прежде всего, матери) способствуют развитию у ребенка широкого социального интереса. А. Адлер рассматривает воспитание не только с точки зрения пользы для отдельной семьи и ребенка, но и как деятельность родителей, ощутимо влияющую на состояние общества в целом.

Основными понятиями детско-родительских отношений являются: равенство, но не тождественность между родителями и детьми, как в области прав, так и в области ответственности; сотрудничество, естественные результаты.

Задачи воспитания родителями своих детей заключаются в:

- уважении, уникальности, индивидуальности и неприкосновенности детей с самого раннего возраста;
- понимание детей, проникновение в их образ мышления, в умение разбираться в мотивах и значении их поступков;
- выработке конструктивных взаимоотношений с ребенком;
- нахождение собственных приемов воспитания с целью дальнейшего развития ребенка как личности.

Родителям следует строить свои взаимоотношения с детьми на их искренней поддержке, но нельзя при этом допускать безграничной свободы. В сотрудничестве с ребенком нужно определить обязанности каждого и его ответственность. Установленные ограничения создают у ребенка чувство безопасности и придают уверенность в правильности своих действий.

Не следует наказывать детей, так как наказание порождает такую же озлобленность, как и принуждение; нельзя обижать словами. Отклоняя наказание как дисциплинарную меру, включающую превосходство одного человека над другим, родители могут использовать другие коррекционные приемы: развитие логических последствий, применение поощрений.

При решении конкретных ситуаций соблюдайте такие принципы: невмешательство родителей в конфликты между детьми; равное участие всех членов семьи в домашних делах; понимание каждым членом семьи того, что он сам ответствен за порядок в своей комнате и своих вещах.

Особое внимание обратите на истолкование негативного поведения детей, направленного на родителей и учителей. При этом формы неправильного поведения рассматриваются как ошибочные подходы, используя которые дети стараются найти себе место внутри семьи или группы и обеспечить чувство сопричастности, безопасности и признания.

Негативное поведение преследует вполне определенные цели:

- Требование внимания различными способами, в том числе причиняя беспокойство, вызывая раздражение, особенно если в этом дети видят единственный способ, чтобы родители их заметили, занимались ими.
- Демонстративное неповиновение является следствием ложного вывода детей о том, что они могут самоутвердиться, настояв на исполнении своих желаний, доказав свою силу в противоборстве с взрослыми.
- Мечь, возмездие, желание причинять боль другим иногда кажутся детям единственным способом чувствовать себя «важными», значимыми.
- Утверждение своей несостоятельности или неполноценности, демонстрация подлинного или воображаемого бессилия помогают отказываться от общения, поручений, ответственности.

Многие дефектные типы поведения - неуспеваемость, лень, ночное недержание мочи, ложь, воровство - могут быть выражением стремления к одной из перечисленных целей. Взрослый, высказав ребенку свое предположение о причинах плохого поведения, должен внимательно относиться к его эмоциональным проявлениям, ориентироваться на спонтанную реакцию, особую улыбку или блеск в глазах, рефлекс признания. Затем в подходящее время можно попытаться раскрыть смысл поступка в гипотетической, не осуждающей манере. При таком подходе дети могут по-новому осознать свои действия, опираясь на логичные рассуждения взрослого.

Чтобы дефектные цели детей изменились, родителям нужно преодолеть привычное стремление усилить нажим на ребенка и творчески подойти к поиску адекватных приемов установления новых конструктивных взаимоотношений.

Основные идеи воспитания состоят в следующем:

- контроль родителями собственного поведения (в том числе принятие обязанностей, ответственности, режима, установленного порядка);
- признание права на собственную жизнь - и для родителя, и для ребенка; поддержание чувства достоинства и уважения к себе и ребенку;
- перспективная цель воспитания - формирование здоровой самооценки и жизненных навыков детей, чтобы они были полноправными членами общества и счастливыми людьми. Этой целью должны постоянно руководствоваться родители в поиске ответа на бесчисленные проблемные ситуации.

Ключевые понятия данной системы воспитания - сотрудничество, соучастие; творческий гибкий подход в отношении разных детей; эмоциональная честность; атмосфера любви, поощрения, ободрения.

Для достижения положительного поведения детей психологи советуют родителям:

- использовать совместные семейные обсуждения проблем и достижений семьи;
- расспрашивать ребенка о его проблемах (вместо объяснений и констатации), это способствует развитию навыков мышления и критики. Задавать вопросы детям только при наличии подлинного интереса к мнению и чувствам ребенка. Нельзя задавать вопросы как «ловушки», если родитель заранее знает ответ;
- критикуя ребенка, лучше использовать Я-высказывания: «Я заметил, что ты не почистил зубы. Давай сделаем это сейчас»;
- давать детям возможность выбора хотя бы между двумя приемлемыми вариантами. По мере взросления детей количество альтернатив должно увеличиваться;

- не заставлять или наказывать, а воспитывать, позволяя детям прочувствовать естественные или логические последствия их поступков. Естественные последствия просты: если ребёнок стоит под дождем, он промокает. Логические последствия требуют вмешательства родителей: если ребенок не кладет грязную одежду в корзину для белья, родитель ничего не говорит, но и не стирает эту одежду;

- применять не карательные методы коррекции поведения (тайм-аут, установление связи «дополнительная возможность - дополнительная ответственность», включение чувства юмора, замена чрезмерного многословия на корректное действие).

Особое внимание обратите на то, что негативное поведение детей является следствием ошибочных целей, с типичные трудности при формировании ответственного поведения - это эффективное завершение дел (ребенок перестраивает поведение, начинает выполнять договоренности, но надолго его не хватает) и адекватное отношение к совершенным ошибкам, переживания по этому поводу.

Важнейшими понятиями детско-родительских отношений - проявление искренних, истинных чувств (и позитивных, и негативных) всеми членами семьи; безусловное принятие своих чувств и чувств близких, преданность своему внутреннему Я.

Основные рекомендации:

- Родительская любовь имеет разные уровни - это любовь-забота о телесном благополучии ребенка и любовь-забота по отношению к его внутреннему Я, к его способности принимать индивидуальные решения.

- Родители должны стремиться оказать влияние на ценности и убеждения детей, оставляя за ними свободу выбора конкретных действий.

- Стиль общения в семье должен быть основан на открытости, свободе, взаимном уважении.

- Нужно научить ребенка самостоятельно справляться с проблемами, постепенно передавая ему ответственность за поиск и принятие решения.

- Родители должны научиться принимать помощь от детей.

Для позитивного взаимодействия с детьми родителям необходимы три основных умения: слышать, что ребенок хочет сказать родителям; выражать собственные мысли и чувства доступно для понимания ребенка; благополучно разрешать спорные вопросы, так чтобы результатами были довольны обе конфликтующие стороны.

Методы и приемы детско-родительских отношений:

- Любая проблема решается родителями совместно с детьми, это позволяет избегать принуждения и рождает у ребенка желание и в дальнейшем участвовать в делах семьи. Разрешение проблемы происходит многоступенчато, опознается и определяется сама проблема; продумываются варианты ее разрешения; взвешивается каждый вариант; выбирается наиболее подходящий, подыскиваются способы решения проблемы; оценивается возможность успеха.

- Важнейший вопрос для определения линии родительского поведения — чья проблема? Следует проанализировать, для кого решение данной проблемы имеет непосредственное значение — для родителя или для ребенка. Если проблема ребенка, то он имеет право принять решение и испытать все его последствия, ближайшие и отдаленные.

- Метод моделирования — предоставление ребенку образца для подражания в любви и заботе о своем внутреннем Я. (Обратите внимание: речь идет о том, что содержанием переноса должно стать не конкретное поведение, а интерес, забота, внимание к собственному внутреннему миру, которые родитель осуществляет по отношению к себе.)
- Поощрения, поддержка способности ребенка принимать самостоятельные решения. Отказ от требования неукоснительного исполнения своих наставлений детьми.
- Рекомендуется думать и говорить о своих детях в терминах конкретных особенностей и фактов их поведения, а не с точки зрения «перманентных» свойств личности, которым обычно дается оценка. Например: «Дима не поздоровался с моим другом» вместо «Дима стеснительный и невежливый»; «Катя забыла свои вещи в гостиной» вместо «Катя неаккуратна и невнимательна к окружающим».
- Реагировать на неприемлемое с родительской точки зрения поведение детей с помощью Я-сообщений, высказываний, содержащих только выражение собственных чувств родителя, но не обвинения, нотации, приказы, предупреждения и т. п. Например: «Я слишком устал, чтобы играть с тобой» вместо «Ты просто несносный ребенок»; «Чтобы я мог почитать книгу, мне нужна тишина» вместо «Прекрати вопить или пойдешь в свою комнату».

Принципиально важные предупреждения касаются неизбежности последствий, применения родителями силы, в виде различных защитных реакций детей (открытое неповиновение, мстительность, агрессивность, уход в себя, озлобленность, покорность, подхалимство, ложь, некоммуникабельность, избегание и т. д.). Стратегия попустительства также приводит к негативным результатам. Выбирая стратегически верный путь передачи ответственности ребенку, родители предупреждаются о специфических трудностях и этого пути, особенно его начального этапа: стремление к свободе сопровождается страхом перед ней, и часто дети идут на провоцирование отрицательного внимания родителей.