

Конфликты с собственным ребенком — как их избежать?

Поведение наших детей зависит от двух важных факторов: врожденного характера и обстановки, которая их окружает. Осознание этого налагает на нас, родителей, большую ответственность. Если характер ребенка исправить нам не дано, то окружающую обстановку мы в состоянии изменить. Из дня в день надо стараться все лучше справляться с конфликтными ситуациями. Однако складывается впечатление, что родители, наоборот, изо всех сил стараются по максимуму усложнить свою жизнь.

Стремитесь к миру и спокойствию — не провоцируйте конфликты.

Каждая семья представляется хрупкой пирамидой, состоящей из костяшек домино. Если сдвинуть с места одну костяшку, она увлечет за собой все остальные по принципу цепной реакции — и пирамида рухнет. Воспитывая детей, мы, родители, не в силах помешать нашим маленьким «костяшкам» двигаться с места, но мы можем помешать им сдвинуть с места нас. Несмотря на то, что большинство родителей знают, в каких ситуациях их дети ведут себя хуже всего, они с необычайным упорством продолжают провоцировать эти ситуации. Хотя наши дети и не имеют психологического образования, тем не менее, они все видят насквозь. Их поступки становятся теми маленькими детонаторами, которые и вызывают большинство взрывов родительских **эмоций**. Если мы научимся опережать ситуацию на один шаг, действуя при этом обдуманно и спокойно, то сможем добиться того, что эти взрывы будут равны по эффекту детской хлопушке. У родителей в XXI веке очень много проблем, и главное — свести к минимуму их разрушительное влияние. Родители должны понять, насколько сильно эмоциональный стресс влияет на ребенка, а затем сделать все возможное, чтобы ребенок не подвергнулся этому влиянию. Существует множество различных способов предотвращения надвигающегося конфликта.

Не командуйте непрерывно.

Некоторые родители руководят своими детьми непрерывно: «Смотри на доктора!», «Скажи «пожалуйста»», «Достань платок», «Не трогай эту игрушку»... В обстановке, когда малейший жест ребенка вызывает у его родителя недовольство, о спокойствии не может быть и речи. Такой тип излишней дисциплинированности дает обратный эффект. Определите для себя, на что действительно нужно обращать внимание ребенка, и концентрируйтесь только на этом, а все остальное выбросьте из головы.

Избегайте обострения ситуации.

Многие родители порой цепляются за какой-нибудь незначительный проступок ребенка и обостряют ситуацию до предела. Например, малыш нечаянно роняет крошку на ковер, и тут же следует совершенно неадекватная реакция: «Сейчас же подними ее! Немедленно! Предупреждаю, тебе не поздоровится».

Неужели какая-то крошка может оправдать такое негодование? Если бы вы не обратили на нее внимания, ваша собака наверняка бы ее съела.

Убавьте громкость.

Известно, что у подростков громкая музыка вызывает непреодолимое желание танцевать, а звуки фанфар могут воодушевить на сражение огромные армии. Неспкойная домашняя обстановка подобным же образом приводит маленьких детей в состояние крайнего возбуждения. Очень тяжело приучить ребенка к дисциплине в доме, где взрослые постоянно

ссорятся, дети дерутся, а весь этот хаос еще и перекрикивает телевизор. Маленькие дети хорошо ведут себя в тихой и спокойной обстановке.

Снижайте уровень активности.

Активность обладает «заразительными» свойствами. Если трое детей бурно проводят время вместе, то четвертый незамедлительно к ним присоединится. Маленькие дети обожают энергичные игры и приходят в восторг, когда к ним присоединяются родители. После активных игр необходимо дать детям какое-то время, чтобы они могли успокоиться и «остыть». Ребенок, который садится обедать сразу же после игры в скачки, вряд ли проявит за столом должные манеры, а если он перевозбудится, слишком активно двигаясь, перед сном, то вряд ли быстро заснет.

Настоящим динамитом для активных детишек являются детские праздники. Буйность в поведении детей вызвана их активностью. Если вы стремитесь к спокойствию и тишине, не заводите детей...

Наказали — сразу забудьте.

Дети очень быстро забывают о случившемся — в отличие от некоторых родителей, которые никак не могут успокоиться. Ребенка, который совершил нечто плохое, нужно наказать незамедлительно, после чего следует простить его и помириться. Родители, которые долго не могут простить ребенка, оказывая на него постоянное психологическое давление, тем самым вычеркивают из своей жизни несколько дней. Такой метод воспитания усиливает напряжение в отношениях, из-за чего ребенок начинает не слушаться еще больше и домашняя обстановка накаляется до предела. Постоянное недовольство ребенком не сделает из него спокойного, любящего человека, оно лишь способствует тому, что у родителей повышается артериальное давление и развивается язвенная болезнь.

Смиритесь с неизбежным.

Напряженность можно свести к минимуму, если попытаться отнестись к жизни философски. Некоторые вещи, которые случаются с нами и нашими детьми, просто неизбежны. Они произойдут в любом случае, независимо от того, будем мы изводить себя волнениями и переживаниями или нет.

Когда малыш болеет, он все равно проснется за ночь несколько раз. И вы поступите мудро, если с благодарностью примете то количество сна, которое возможно в этой ситуации; и глупо — если примете ситуацию близко к сердцу, а потом будете не в состоянии заснуть, когда ваша голова, наконец, коснется подушки.

В процессе воспитания детей действительно иногда тяжело сохранять философское спокойствие, но биться головой о стену — это уж точно совершенно напрасный труд. Чтобы справиться с трудной ситуацией, нужно перестать нервничать и начать действовать рассудительно.



