

Рекомендации родителям по профилактике суицидального поведения старших подростков

Причины подросткового суицида.

Какие дети могут совершить такой поступок?

-Исследование, проведенное среди учащихся показало, что подростки, ведущие сексуальную жизнь и употребляющие алкоголь, подвергаются большему риску самоубийства, чем те, кто от этого воздерживается. Потому как под их влиянием повышается вероятность внезапных импульсов, неконтролируемых поступков. Бывает и так, что смерть от передозировки является преднамеренной.

-Дети из неблагополучных семей, в силу недостаточного внимания к себе ищут самостоятельно выход из положения...

-Дефицит общения со сверстниками чаще других отмечается в качестве причин попыток самоубийства подростков.

-Безразличие со стороны родителей и друзей, неурядицы в семье и трудности в школе, психологическая неподготовленность к раннему половому созреванию –все это может привести подростка к мысли о самоубийстве, как средстве избавления от угнетающих его проблем.

- Причиной покушение на самоубийство может быть депрессия, вызванная потерей объекта любви, любимого человека, сопровождается печалью, подавленностью, потерей интереса к жизни.

- Подростки, могут быть очень восприимчив и нестабилен, тяжелее переживать неудачи в личных отношениях, чем другие.

- Конечно, суицид может быть результатом душевной болезни. Некоторые подростки страдают галлюцинациями. Когда чей-то голос приказывает им покончить собой.

- Причиной самоубийства может быть чувство вины, страха, раждебности

Иногда депрессия может и не проявиться столь явно: подросток старается скрыть ее за повышенной активностью, чрезмерным вниманием к мелочам или вызывающим поведением – правонарушениями, употреблением наркотиков, беспорядочными сексуальными связями. Уже само это поведение – призыв – обратите внимание! Со мной что -то происходит.

Первая причина и самая основная – непонимание.

Парадокс суицида. Очень часто мы слышим фразу при обсуждении самоубийства, реакцию: "Я не понимаю, как можно было решиться на такой поступок?!!!". Так вот, что парадоксально – основная причина большинства суицидов – это глубокое чувство непонимания и одиночества человека.

Попытка самоубийства – это крик о помощи, желание привлечь внимание к своей беде или вызвать сочувствие окружающих. Поднимая на себя руку, ребенок прибегает к последнему аргументу в споре с родителями.

Что же происходит с родителями, какие отношения могут быть в семье, если их собственный ребенок не может их дозваться? Отчего они так глухи, что сыну пришлось лезть в петлю, чтобы они услышали его крик о помощи?

Опыт показывает, что суицид чаще случается в тех семьях, где господствует авторитарный стиль воспитания, где все нормы и правила обязательны к выполнению, и ориентация воспитания в основном на внешнее благополучие. "Я не желаю ничего слышать. Это должно быть сделано. Не позорь меня перед соседями". Для многих детей родители – это люди, которые никогда не совершали проступков –они всегда правы. Потому что их родители никогда не показывали, что они тоже люди, что они тоже были детьми, подростками, что у них тоже были такие проблемы. Словно это было так давно, что уже и не важно. А вместо понимания и сочувствия можно услышать: "Мне бы твои проблемы, вот где денег достать? – это пройдет!" Не уделяя больше 5-ти минут на более глубокое

понимание. Упрекая его, родители, произносят порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Часто слов

а сказаны в порыве гнева, несдержанности, но родители при этом не думают,

что безобразным своим криком буквально толкают его на опасный для жизни поступок.

РОДИТЕЛЯМ СЛЕДУЕТ ПОНИМАТЬ:

если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать (это, кстати проще, чем заставить замолчать другого), сознавая свою правоту. Ведь ваша задача по сути в споре с подростком – не доказать

свою правоту или авторитет, а оградить ребенка от беды.

А подросток очень часто видит перед собой задачу любым способом доказать право на свое мнение и добиться уважения собственных родителей, которые никак не могут смириться с тем, что ребенок взрослеет. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в вашей квартире

– все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

Закономерен вопрос: Если не в порыве импульсивности.

Случаются варианты, когда подросток приходит к этому путем долгих обдумываний. Почему они все -таки выбирают этот вариант как решение?

Специалисты утверждают, (и что самое интересное в этом их поддерживают сами пострадавшие, т.е. дети, имевшие в своей биографии попытку суицида), что в большинстве случаев подростки не хотят умирать, они хотят жить, но надеются изменить свою жизнь, чтобы она не была такой "невыносимой".

Подросток нередко представляет себе смерть как некое временное состояние: как будто он очнется, и снова будет жить. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для него ситуации, он в действительности хочет лишь наладить отношения с окружающими. Здесь нет попытки шантажа, но есть наивная вера: пусть хотя бы его смерть образумит родителей, тогда окончатся все беды, и они снова заживут в мире и согласии. Они не вполне отдают себе отчет в необратимости, окончательности смерти, они убеждены, что можно казаться умершим для окружающих, но при этом наблюдать свои похороны и раскаяния обидчиков.

Существует несколько советов для родителей по профилактике подростковых суицидов.

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.

2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.
6. Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.

"Что посеешь, то и пожнёшь!" - гласит народная мудрость.

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле и есть Любовь в истинном её проявлении.

Поэтому совет родителям прост и доступен: "Любите своих детей, будьте искренне и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе".

(по материалам сайта <https://go.mail.ru/redir?type=sr&redir=eJwNybsNwjAQANAMQ>)

■ СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

- Любите своего ребенка таким, какой он есть, а не за его достижения и победы.
- Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самой собой: каким он был вчера и какой стал сегодня.
- Не следует постоянно опекать ребенка. Будьте уверены, что он сам сможет преодолеть большинство трудностей.

- Ни в коем случае не ругайте и не оскорбляйте ребенка, тем более в присутствии чужих людей. Уважайте чувства и мысли своего сына или дочери. На жалобы со стороны окружающих отвечайте так: "Спасибо, мы дома обязательно поговорим на эту тему".
- Научите ребенка говорить о своих проблемах, искренне интересуйтесь его мнением и позицией.
- Постоянно общайтесь с ребенком. Ваши отношения должны основываться на доверии. Ребенок должен чувствовать, что его детские проблемы вам интересны.
- Помогайте ребенку выполнять то, с чем он не может справиться сам.
- Никогда не бейте ребенка: это не приносит желаемого результата, а лишь делает его агрессивным.
- Осуждайте не самого ребенка, а его вину.
- Не расхваливайте ребенка незаслуженно, но и не забывайте поощрять его, если он это заслужил. Главное - оценить усилия ребенка, а не хвалить его самого, его характер. Хвалите словом, улыбкой, лаской.
- Учите ребенка анализировать свои ошибки.
- Не пытайтесь все делать вместо ребенка, дайте ему определенную свободу, чтобы он мог действовать открыто. Помните: ребенок имеет право на самостоятельность.
- Проводите с ребенком свободное время, помогите ему развивать свои способности.

- Не стройте взаимоотношения на запретах: всегда объясняйте причину и цель ваших требований.
- Будьте терпеливы к вашему ребенку. Старайтесь отвечать на все его вопросы и никогда не говорите, что он много спрашивает.

Рекомендации взрослым, касающиеся взаимодействия с подростками с различными проблемами

Ребенок с речевыми проблемами.

1. Ни в коем случае не связывайте неудачи ребенка с его речевым дефектом.

2.Объективно подчеркивайте достоинства вашего ребенка.

3.Поощряйте его общение с другими детьми.

4.Не стоит напоминать ребенку о психических травмах и неприятных переживаниях.

5.Обратите внимание на чередование периодов улучшения и ухудшения речи. Проанализируйте ситуации и обстановку, в которой речь улучшается, и способствуйте развитию этих ситуаций.

Ребенок с нарушением самооценки.

1.Не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.

2.Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.

3.Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.

4.Не забывайте поощрять других в присутствии ребенка.

5.Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может достичь этого.

6. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.

7. Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой.

8. Полезно знать, что уровень самооценки не устанавливается раз и навсегда. Он может изменяться, особенно в переходные, кризисные периоды в жизни ребенка.

Замкнутый ребенок.

1. Расширяйте круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми.

2. Подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали, а также какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком; стремитесь сами стать для ребенка примером эффективного общающегося человека.

3. Наберитесь терпения и подготовьтесь к длительной работе, которая должна проходить постоянно в ходе вашего общения с ребенком.

Агрессивный ребенок

1. Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.

2. Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах.

3. Пусть ваш ребенок в каждый момент чувствует, что вы любите и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что нужен и важен для вас.

Конфликтный ребенок.

1. Сдерживайте стремление ребенка провоцировать ссоры с другими. Надо обращать внимание на недружелюбные взгляды друг на друга или бормотание себе под нос.

2. Не стремитесь прекратить ссору, обвинив другого ребенка в ее возникновении и защищая своего. Старайтесь объективно разобраться в причинах ее возникновения.

3. После конфликта обговорите с ребенком причины его возникновения, определите неправильные действия вашего ребенка, которые привели к конфликту.

4. Не обсуждайте при ребенке проблемы его поведения.

5. Не всегда следует вмешиваться в ссоры детей. Иногда лучше понаблюдать за конфликтом, так как дети сами смогут найти общий язык.

Методы семейного воспитания

Методы семейного воспитания как способы взаимодействия родителей с детьми, которые помогают последним развивать свое сознание, чувства и волю, активно стимулируют формирование опыта поведения, самостоятельную детскую жизнедеятельность, полноценное моральное и духовное развитие.

Выбор методов.

В первую очередь зависит от общей культуры родителей, их жизненного опыта, психолого-педагогической подготовки и способов организации жизнедеятельности. Использование тех или иных методов воспитания детей в семье также зависит:

- от целей и задач воспитания, которые ставят перед собой родители;
- отношении в семье и образа жизни;
- числа детей в семье;

□ родственных связей и чувств родителей, других членов семьи, которые часто склонны идеализировать

возможности детей, преувеличивать их способности, достоинства, воспитанность;

□ личностных качеств отца, матери, других членов семьи, их духовных и моральных ценностей и ориентиров;

□ опыта родителей и их практических умений при реализации комплекса воспитательных методов с учетом возраста и психофизиологических особенностей детей.

Наиболее сложным для родителей является практическое применение того или иного метода воспитания. Наблюдения, анализ письменных и устных ответов детей показывают, что один и тот же метод многими родителями используется по-разному. Наибольшее количество вариантов наблюдается при применении методов убеждения, требования, поощрения, наказания. Одна категория родителей убеждает детей доброжелательно, в процессе доверительного общения; вторая — воздействуя личным положительным примером; третья — назойливыми поучениями, упреками, окриками, угрозами; четвертая — наказаниями, в том числе физическими.

Реализация метода родительского требования

Непосредственное Опосредованное

(прямое) (косвенное)

родительское требование родительское требование

□ в виде поручения

□ в виде показа образа

□ предупреждения

□ пожелания

□ распоряжения

□ совета

□ категорического приказа

□ напоминания

□ другие виды

□ переключения

□ другие виды □

Основные условия действенности родительского требования

- Положительный пример родителей
- Благожелательность
- Последовательность
- Учет возрастных особенностей детей
- Учет родителями своих индивидуальных психофизиологических особенностей
- Единство в предъявлении требований со стороны отца, матери, всех членов семьи, родственников
- Уважение личности ребенка

□ Справедливость

□ Посильность

□ Учет индивидуальных психофизиологических особенностей детей

□ Совершенство технологии предъявления требований (такт, осторожность, категоричность тона, неназойливость, привлекательность формы, отточенность, филигранность речевого общения)

Кнут или пряник?

Если родители воспитывают ребенка только добротой, постоянно исполняя все его требования, запросы, капризы, тогда в семье вырастет безответственный, безвольный ребенок, он будет проявлять неуважение к другим людям и самолюбование. Ему будет присущ открытый, скрытый или утонченный эгоизм. Если же родители воспитывают ребенка только строгостью, постоянно требуют что-то выполнять, контролируют каждый его шаг, при этом проявляют неудовлетворенность и подозрительность, в такой семье вырастет ребенок, чертами которого будут лицемерие, подозрительность, грубость, агрессивность, недисциплинированность, лживость, жестокость и т. п. Большинство отечественных и зарубежных ученых-педагогов, а также родителей сходятся во мнении, что в воспитании детей одновременно необходимы и любовь, и требовательность, их органическая взаимосвязь и взаимодействие. Это же подтверждает и народная мудрость: "Люби дитя так, чтобы любви не знало", "Дай детям волю, сам будешь в неволе" и др.

Детям всегда нужна родительская любовь. Под ней понимается доброжелательное отношение родителей не только друг к другу, но и к детям. Доброжелательное отношение к детям — это нежность и ласка, близость и симпатия, забота и помощь, защита и уважение достоинства.

Во Франции был проведен эксперимент: созданы ясли, в которых строго выполнялись режим дня и правила гигиены. В них определяли детей из бедных семей. Специалисты считали, что в этих яслях дети будут полноценно развиваться, расти здоровыми, получат хорошее воспитание. Однако результаты оказались самыми неожиданными: дети плохо развивались, их здоровье не улучшилось, а, наоборот, ухудшилось. Чего же не хватало в

образцовых детских яслях? Ответ однозначен: детям не хватало того, что они привыкли получать в семье (если, разумеется, они в ней желанны), — родительской любви, ласки, нежности, заботы. Они не ощущали поддержки, сочувствия, соучастия, сопереживания, защищенности. Даже взрослый человек без любви становится неактивным, грустным, неудовлетворенным, что уж говорить о ребенке. В ходе одного из исследований ученые выяснили, если в возрасте от 4 до 5 месяцев ребенок не получает необходимой материнской любви, то уже в школьные годы и позже он может стать безразличным к другим, агрессивным, жестоким, равнодушным человеком.

А вот пример, который приводит французский специалист по воспитанию детей Л. Пэрну в книге "Маленький мир вашего ребенка". Одна молодая женщина имела двух дочерей и очень хотела родить сына. Однако у нее родилась третья дочь. Женщина была разочарована. Она обеспечивала младшую дочь всем необходимым, но не любила ее. Девочка уже в младенческом возрасте чувствовала себя нежеланной, не видела улыбки матери, не ощущала нежности ее рук, когда училась ходить, не слышала ее ласкового голоса, когда произносила первые слова. В результате и улыбка, и ходьба, и речь девочки были замедленными.

Для ребенка дошкольного и младшего школьного возраста любовь и ласка матери, отца, эмоциональное самочувствие и защищенность в семье остаются самой большой ценностью. Для него все это более важно, чем материальный достаток или модная одежда. Понаблюдайте за своими детьми и вы увидите, как они часто спрашивают, любите ли вы их. Делают они это для того, чтобы почувствовать себя защищенными, уверенными, ощутить надежность своего положения в семейном микро-коллективе и в жизни вообще. Когда дети ощущают любовь, ласку, заботу, то чувство страха и тревоги покидает их, исчезает неуверенность в действиях и поступках.

Для подростков, юношей и девушек родительская любовь, ласка и забота также важны. Если их в семье нет или недостает, дети, как правило, отстают в интеллектуальном и эмоциональном развитии. Например, если у ребенка нет семьи (он воспитывается в детском доме, школе-интернате, доме ребенка), то отставание в развитии будет весьма ощутимым. Причем, если интеллектуальное развитие такого ребенка можно будет как-то компенсировать, то эмоциональное — никогда. Всю дальнейшую жизнь этот ребенок будет эмоционально "толстокожим", не сможет тонко понимать других людей, сочувствовать и сопереживать им, по-настоящему любить собственных детей.

Как выразить свою любовь

Обычно родители выражают свою Любовь к детям с помощью слов (вербально) или жестов, взглядов, мимики, пантомимы (невербально). К детям дошкольного и младшего школьного возраста (от 1 года до 10 — И лет) мама и папа обращаются со словами: "Котик мой", "Зайчик", "Ласточка моя", "Золотой(ая)", "Дорогой", "Любимый", "Ты моя самая любимая", "Ты мой самый лучший в мире".

К подросткам, юношам и девушкам в некоторых семьях обращаются так же, но чаще всего: "Ты у меня умница", "Ты мой помощник", "Ты моя дорогая хозяйшкa", "Молодец!", "Ты мой рыцарь", "Ты мой защитник", "Ты мой будущий кормилец" и т. п.

Самыми распространенными способами невербального выражения любви являются контакт глаз и физический контакт.

Открытый и доброжелательный взгляд важен для ребенка любого возраста. Он помогает не только установить коммуникативное взаимодействие, но и удовлетворить эмоциональные потребности сына или дочери, избавиться от неуверенности, страха, напряжения, стресса. Отец и мать допускают серьезную ошибку, если в качестве наказания нарочно не смотрят в глаза сыну или дочери.

Не менее, чем контакт глаз, для полноценного развития ребенка важен физический контакт. С рождения до 7 — 8 лет ребенок желает, чтобы его постоянно гладили, обнимали, баюкали, ласкали, прижимали к груди, усаживали на колени, целовали и т. п. Физическое проявление любви является важным фактором в развитии мальчика до 7 — 8 лет. В возрасте 8 лет дети становятся более независимыми от родителей. Большинству из них уже не нравится, если их ласкают и целуют на людях. У детей появляется чувство собственного достоинства, они хотят, чтобы их уважали, часто подражают сверстникам. В этом возрасте могут появиться плохие манеры (не моют руки, плохо ведут себя за столом, толкают друг друга), признаки бунтарства (особенно у

мальчиков).

Подростки в 11 — 15 лет все меньше склонны "терпеть" объятия и поцелуи родителей. Но потребность в любви, ласке, заботе у них остается. Особенно это необходимо, когда дети переживают, болеют, испытывают трудности в учебе, страх во сне и т. п. Поэтому не бойтесь обнять за плечи, прикоснуться к руке, потрепать по голове, прижать к себе ваших детей.

Требуйте по правилам приучить детей к порядку, дисциплине непослушанию, помните, что они должны знать, какие поступки допустимы, а какие нет. Требования старайтесь высказывать не в форме приказания, что всегда вызывает у детей протест, а спокойным, доброжелательным тоном, при этом показывая личный пример ("Аккуратно моем руки", "Чистим зубы", "Учимся красиво читать и говорить" и т. п.). Когда дети проявляют очевидное непослушание, то родители должны действовать решительно и непримиримо, с тем чтобы обязательно одержать победу. Однако после этого необходимо ребенка успокоить, дать ему почувствовать, что его по-прежнему любят. Кроме основных положений существует еще ряд правил:

- Не смешивайте требование с назойливой опекой, с постоянным одергиванием ребенка ("Нельзя!", "Не кричи!", "Не бегай!", "Не вертись!", "Упадешь!" ит.п.).

Запрещая что-либо, все же давайте возможность ребенку чаще "ошибаться", чтобы он сам начинал понимать, что "хорошо", а что — "плохо". Избегайте непонятных для детей обращений; "Не делай больше плохого!", "Не будь гадкий мальчиком!", "Не дружи с плохой девочкой!" и т. п.

- Всегда объясняйте причину запрета; "Нельзя играть с мячом в квартире, т. к. можно что-то разбить; испортить".

- Старайтесь облечь требования в занимательную игровую форму: "Сегодня наша квартира — это корабль. Нам с тобой предстоит надраить палубу-пол, чтобы на ней начать интереснейшую спортивную игру".

□ Не унижайте личность подростка. Не говорите ему: "Большей глупости ты не смог сделать?", "Непонятно, что у тебя вместо головы", "Ты только и знаешь, что говоришь разные глупости!" и т. п.

□ Учитывайте возраст ребенка. Бывает, что взрослые требуют от детей выполнить такое задание, справиться с которым ни самим не под силу.

Самая распространенная ошибка неопытных родителей, особенно молодых, заключается в том, что они ожидают немедленного выполнения детьми их требований: "Бросай игру, одевайся!", "Заканчивай подготовку уроков, собирайся!", "Перестань читать, иди ужинать!". Опытные родители в данном случае требуют неназойливо: "Заканчивай игру, через Ю минут выходим из дома", "Закончишь подготовку уроков, начинай собираться, мы тебя ждем", "Не забывай, что ужин через полчаса". Особенно важно быть последовательными в своих требованиях. Если в семье заведено, что дети выполняют уроки каждый день с 15 до 17 часов, то при любых обстоятельствах этот факт должен учитываться всеми членами семьи. Несогласованность в требованиях взрослых ("Сделай сейчас!", "Сделаешь позже!", "Бросай подготовку к урокам, сбегай в магазин!") приведет к необязательности со стороны ребенка.

Бывает, что родители свои требования выражают одними и теми же словами и фразами, не задумываясь, что их можно предъявить:

□ в виде примера: "Посмотри, как это сделал дедушка";

□ пожелания: "Мы хотим, чтобы ты был более чутким";

□ совета: "Вместо просмотра телепередач советую прочитать вот этот исторический роман";

□ просьбы: "Может, в этот день ты мне поможешь с уборкой квартиры?";

□ напоминания: "В случае успешного окончания учебного года тебя ожидает необычная

поездка";

□ оказания доверия: "Два дня мы будем отсутствовать, ты останешься в доме за старшего";

□ поручения: "На протяжении недели выполнишь порученную отцом работу";

□ тактичного приказа: "Сегодня выполни эту работу, так как никто из взрослых не сможет это сделать";

□ предупреждения: "Ты слишком увлекся футболом, поэтому и отстал в учебе; если не исправишь дело, придется временно перестать заниматься футболом";

□ переключения: "Давай лучше вместе покатаемся на лыжах" (в ситуации, когда подросток несколько часов смотрит телевизор);

□ импровизации: "Не надо ничего говорить, я уже и так все знаю, вижу по глазам" и т. п. (в ситуации, когда отец и мать хотят потребовать от ребенка необходимых положительных действий и поступков).

На основании исследований отечественных и зарубежных ученых — педагогов и психологов, а также опыта семейного воспитания были определены методы и приемы предупреждения и преодоления нарушений в поведении детей.

В.В.Чечет, доктор психологических наук

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ!

- Лк
 - Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самой собой: как он себя чувствует, как он себя ведет.
 - Не следует постоянно опекать ребенка. Будьте уверены, что он сам сможет преодолеть любые трудности.
 - Ни в коем случае не ругайте и не оскорбляйте ребенка, тем более в присутствии чужих людей.
 - Научите ребенка говорить о своих проблемах, искренне интересуйтесь его мнением и позицией.
- Постоянно общайтесь с ребенком. Ваши отношения должны основываться на доверии. Ребенок должен чувствовать вашу поддержку.
- Помогайте ребенку выполнять то, с чем он не может справиться сам.
- Никогда не бейте ребенка: это не приносит желаемого результата, а лишь делает его агрессивным.
- Осуждайте не самого ребенка, а его вину.
- Не расхваливайте ребенка незаслуженно, но и не забывайте поощрять его, если он это заслуживает.
- Учите ребенка анализировать свои ошибки.
- Не пытайтесь все делать вместо ребенка, дайте ему определенную свободу, чтобы он мог действовать самостоятельно.
- Проводите с ребенком свободное время, помогите ему развивать свои способности.
- Не стройте взаимоотношения на запретах: всегда объясняйте причину и цель ваших требований.
- Будьте терпеливы к вашему ребенку. Старайтесь отвечать на все его вопросы и никогда не говорите «нет».

Рекомендации взрослым, касающиеся взаимодействия с подростками с различными

проблемами

Ребенок с речевыми проблемами.

1.

2.

3.

4.

5.

Ребенок с нарушением
[ценки](#)

[самоо](#)

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

[утый ребенок](#)

[Замкн](#)

1.

2.

3.

[Агрес](#)

Сивный ребенок

1. Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессии.
2. Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек агрессии.
3. Пусть ваш ребенок в каждый момент чувствует, что вы любите и принимаете его. Не стесняйтесь проявлять любовь.

Конфликтный ребенок.

1. Сдерживайте стремление ребенка провоцировать ссоры с другими. Надо обращать внимание на провокации.
2. Не стремитесь прекратить ссору, обвинив другого ребенка в ее возникновении и защищая своего ребенка.
3. После конфликта обговорите с ребенком причины его возникновения, определите неправильные действия.
4. Не обсуждайте при ребенке проблемы его поведения.
5. Не всегда следует вмешиваться в ссоры детей. Иногда лучше понаблюдать за конфликтом, чтобы понять его суть.

Методы семейного воспитания

Методы семейного воспитания
Выбор методов.

как способы взаим

В первую очередь зависит от общей культуры родителей, их жизненного опыта, психолого-педа

§

§

§

§
возможности детей, преувеличивать их способности, достоинства, воспитанность;

§

§

Наиболее сложным для родителей является практическое применение того или иного метода во

Реализация метода родительского требования

Непосредственное

Опосредованное

(прямое)

(косвенное)

родительское требование

родительское требование

§ в виде поручения

§ в виде показа образа

§ предупреждения

§ пожелания

§ распоряжения

§ совета

§ категорического приказа

§ напоминания

§ другие виды

§ переключения

§ другие виды

Основные условия действенности родительского требования

ü Положительный пример родителей

ü Благожелательность

ü Последовательность

ü Учет возрастных особенностей детей

ü Учет родителями своих индивидуальных психофизиологических особенностей

ü Единство в предъявлении требований со стороны отца, матери, всех членов семьи, родственников

§		Уважение личности ребенка
---	--	---------------------------

§		Справедливость
---	--	----------------

§		Посильность
---	--	-------------

§		Учет индивидуальных психофизиологических особенностей
---	--	---

§		Совершенство технологии предъявления требований
---	--	---

Кнут или пряник?

Если родители воспитывают ребенка только добротой, постоянно исполняя все его требования, запросы, капризы, тогда в семье вырастет безответственный, безвольный ребенок, он будет проявлять неуважение к другим людям и самолюбование. Ему будет присущ открытый, скрытый или утонченный эгоизм. Если же родители воспитывают ребенка только строгостью, постоянно требуют что-то выполнять, контролируют каждый его шаг, при этом проявляют неудовлетворенность и подозрительность, в такой

семье вырастет ребенок, чертами которого будут лицемерке, подозрительность, грубость, агрессивность, недисциплинированность, лживость, жестокость и т. п. Большинство отечественных и зарубежных ученых-педагогов, а также родителей сходятся во мнении, что в воспитании детей одновременно необходимы и любовь, и требовательность, их органическая взаимосвязь и взаимодействие. Это же подтверждает и народная мудрость: "Люби дитя так, чтобы любви не знало", "Дай детям волю, сам будешь в неволе" и др.

Детям всегда нужна родительская любовь. Под ней понимается доброжелательное отношение родителей не только друг к другу, но и к детям. Доброжелательное отношение к детям — это нежность и ласка, близость и симпатия, забота и помощь, защита и уважение достоинства.

Во Франции был проведен эксперимент: созданы ясли, в которых строго выполнялись режим дня и правила гигиены. В них определяли детей из бедных семей. Специалисты считали, что в этих яслях дети будут полноценно развиваться, расти здоровыми, получат хорошее воспитание. Однако результаты оказались самыми неожиданными: дети плохо развивались, их здоровье не улучшилось, а, наоборот, ухудшилось. Чего же не хватало в образцовых детских яслях? Ответ однозначен: детям не хватало того, что они привыкли получать в семье (если, разумеется, они в ней желанны), — родительской любви, ласки, нежности, заботы. Они не ощущали поддержки, сочувствия, соучастия, сопереживания, защищенности. Даже взрослый человек без любви становится неактивным, грустным, неудовлетворенным, что уж говорить о ребенке. В ходе одного из исследований ученые выяснили, если в возрасте от 4 до 5 месяцев ребенок не получает необходимой материнской любви, то уже в школьные годы и позже он может стать безразличным к другим, агрессивным, жестоким, равнодушным человеком.

А вот пример, который приводит французский специалист по воспитанию детей Л. Пэрну в книге "Маленький мир вашего ребенка". Одна молодая женщина имела двух дочерей и очень хотела родить сына. Однако у нее родилась третья дочь. Женщина была разочарована. Она обеспечивала младшую дочь всем необходимым, но не любила ее. Девочка уже в младенческом возрасте чувствовала себя нежеланной, не видела улыбки матери, не ощущала нежности ее рук, когда училась ходить, не слышала ее ласкового голоса, когда произносила первые слова. В результате и улыбка, и ходьба, и речь девочки были замедленными.

Для ребенка дошкольного и младшего школьного возраста любовь и ласка матери, отца, эмоциональное самочувствие и защищенность в семье остаются самой большой ценностью. Для него все это более важно, чем материальный достаток или модная одежда. Понаблюдайте за своими детьми и вы увидите, как они часто спрашивают, любите ли вы их. Делают они это для того, чтобы почувствовать себя защищенными, уверенными, ощутить надежность своего положения в семейном микро-коллективе и в жизни вообще. Когда дети ощущают любовь, ласку, заботу, то чувство страха и тревоги покидает их, исчезает неуверенность в действиях и поступках.

Для подростков, юношей и девушек родительская любовь, ласка и забота также важны. Если их в семье нет или недостает, дети, как правило, отстают в интеллектуальном и эмоциональном развитии. Например, если у ребенка нет семьи (он воспитывается в

детском доме, школе-интернате, доме ребенка), то отставание в развитии будет весьма ощутимым. Причем, если интеллектуальное развитие такого ребенка можно будет как-то компенсировать, то эмоциональное — никогда. Всю дальнейшую жизнь этот ребенок будет эмоционально "толстокожим", не сможет тонко понимать других людей, сочувствовать и сопереживать им, по-настоящему любить собственных детей.

Как выразить свою любовь

Обычно родители выражают свою Любовь к детям с помощью слов (вербально) или жестов, взглядов, мимики, пантомимы (невербально). К детям дошкольного и младшего школьного возраста (от 1 года до 10 — 11 лет) мама и папа обращаются со словами: "Котик мой", "Зайчик", "Ласточка моя", "Золотой(ая)", "Дорогой", "Любимый", "Ты моя самая любимая", "Ты мой самый лучший в мире".

К подросткам, юношам и девушкам в некоторых семьях обращаются так же, но чаще всего: "Ты у меня умница", "Ты мой помощник", "Ты моя дорогая хозяйшюшка", "Молодец!", "Ты мой рыцарь", "Ты мой защитник", "Ты мой будущий кормилец" и т. п.

Самыми распространенными способами невербального выражения любви являются *контакт глаз*

и

физический контакт.

Открытый и доброжелательный взгляд важен для ребенка любого возраста. Он помогает не только установить коммуникативное взаимодействие, но и удовлетворить эмоциональные потребности сына или дочери, избавиться от неуверенности, страха, напряжения, стресса. Отец и мать допускают серьезную ошибку, если в качестве наказания нарочно не смотрят в глаза сыну или дочери.

Не менее, чем контакт глаз, для полноценного развития ребенка важен физический контакт. С рождения до 7 — 8 лет ребенок желает, чтобы его постоянно гладили, обнимали, баюкали, ласкали, прижимали к груди, усаживали на колени, целовали и т. п. Физическое проявление любви является важным фактором в развитии мальчика до 7 — 8 лет. В возрасте 8 лет дети становятся более независимыми от родителей.

Большинству из них уже не нравится, если их ласкают и целуют на людях. У детей появляется чувство собственного достоинства, они хотят, чтобы их уважали, часто подражают сверстникам. В этом возрасте могут появиться плохие манеры (не моют руки, плохо ведут себя за столом, толкают друг друга), признаки бунтарства (особенно у

мальчиков).

Подростки в 11 — 15 лет все меньше склонны "терпеть" объятия и поцелуи родителей. Но потребность в любви, ласке, заботе у них остается. Особенно это необходимо, когда дети переживают, болеют, испытывают трудности в учебе, страх во сне и т. п. Поэтому не бойтесь обнять за плечи, прикоснуться к руке, потрепать по голове, прижать к себе ваших детей.

Требуйте по правилам приучить детей к порядку, дисциплине непослушанию, помните, что они должны знать, какие поступки допустимы, а какие нет. Требования старайтесь высказывать не в форме приказа, что всегда вызывает у детей протест, а спокойным, доброжелательным тоном, при этом показывая личный пример ("Аккуратно моем руки", "Чистим зубы", "Учимся красиво читать и говорить" и т. п.). Когда дети проявляют очевидное непослушание, то родители должны действовать решительно и непримиримо, с тем чтобы обязательно одержать победу. Однако после этого необходимо ребенка успокоить, дать ему почувствовать, что его по-прежнему любят. Кроме основных положений существует еще ряд правил:

- Не смешивайте требование с назойливой опекой, с постоянным одергиванием ребенка ("Нельзя!", "Не кричи!", "Не бегай!", "Не вертись!", "Упадешь!" и т. п.).

Запрещая что-либо, все же давайте возможность ребенку чаще "ошибаться", чтобы он сам начинал понимать, что "хорошо", а что — "плохо". Избегайте непонятных для детей обращений; "Не делай больше плохого!", "Не будь гадкий мальчиком!", "Не дружи с плохой девочкой!" и т. п.

§ Всегда объясняйте причину запрета; "Нельзя играть с мячом в квартире, т. к. можно что-то разбить; испортить".

§ Старайтесь облечь требования в занимательную игровую форму: "Сегодня наша квартира — это корабль. Нам с тобой предстоит надраить палубу-пол, чтобы на ней начать интереснейшую спортивную игру".

§ Не унижайте личность подростка. Не говорите ему: "Большей глупости ты не смог сделать?", "Непонятно, что у тебя вместо головы", "Ты только и знаешь, что говоришь разные глупости!" и т. п.

§ Учитывайте возраст ребенка. Бывает, что взрослые требуют от детей выполнить такое задание, справиться с которым ни самим не под силу.

Самая распространенная ошибка неопытных родителей, особенно молодых, заключается в том, что они ожидают немедленного выполнения детьми их требований: "Бросай игру, одевайся!", "Заканчивай подготовку уроков, собирайся!", "Перестань читать, иди ужинать!". Опытные родители в данном случае требуют неназойливо: "Заканчивай игру, через Ю минут выходим из дома", "Закончишь подготовку уроков, начинай собираться, мы тебя ждем", "Не забывай, что ужин через полчаса". Особенно важно быть последовательными в своих требованиях. Если в семье заведено, что дети выполняют уроки каждый день с 15 до 17 часов, то при любых обстоятельствах этот факт должен учитываться всеми членами семьи. Несогласованность в требованиях взрослых ("Сделай сейчас!", "Сделаешь позже!", "Бросай подготовку к урокам, сбегай в магазин!") приведет к необязательности со стороны ребенка.

Бывает, что родители свои требования выражают одними и теми же словами и фразами, не задумываясь, что их можно предъявить:

§ в виде примера: "Посмотри, как это сделал дедушка";

§ пожелания: "Мы хотим, чтобы ты был более чутким";

§ совета: "Вместо просмотра телепередач советую прочитать вот этот исторический роман";

§ просьбы: "Может, в этот день ты мне поможешь с уборкой квартиры?";

§ напоминания: "В случае успешного окончания учебного года тебя ожидает необычная поездка";

§ оказания доверия: "Два дня мы будем отсутствовать, ты останешься в доме за старшего";

§ поручения: "На протяжении недели выполнишь порученную отцом работу";

§ тактичного приказа: "Сегодня выполни эту работу, так как никто из взрослых не сможет это сделать";

§ предупреждения: "Ты слишком увлекся футболом, поэтому и отстал в учебе; если не исправишь дело, придется временно перестать заниматься футболом";

§ переключения: "Давай лучше вместе покатаемся на лыжах" (в ситуации, когда подросток несколько часов смотрит телевизор);

§ импровизации: "Не надо ничего говорить, я уже и так все знаю, вижу по глазам" и т. п. (в ситуации, когда отец и мать хотят потребовать от ребенка необходимых положительных действий и поступков).

На основании исследований отечественных и зарубежных ученых — педагогов и психологов, а также опыта семейного воспитания были определены методы и приемы предупреждения и преодоления нарушений в поведении детей.

В.В.Чечет, доктор психологических наук