

Елена Тимошенко-Седьмая

ПОДРОСТОК

Руководство для родителей

2018



Елена Тимошенко-Седьмая

**Подросток. Руководство
для родителей**

«Издательские решения»

Тимошенко-Седьмая Е.

Подросток. Руководство для родителей / Е. Тимошенко-Седьмая — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-932233-3

Как воспитывать подростка? Как избежать риска вовлечения в употребление наркотиков, алкоголя, разрушающих детскую психику и организм. Как беседовать с подростком на тему полового воспитания? Как уберечь своего ребёнка от суицида. Данная книга представляет собой руководство для родителей. В книгу включены статьи, написанные в разное время, и описан мой личный опыт работы с различными категориями детей. Главное, помните: вы тоже когда-то были детьми. На обложке — фото А. Чапак.

ISBN 978-5-44-932233-3

© Тимошенко-Седьмая Е.

© Издательские решения

Содержание

Введение	6
На пути к диалогу	8
Убийство криком	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Подросток Руководство для родителей

Елена Тимошенко-Седьмая

Корректор Сергей Бархатов

Иллюстратор Александр Пермяков

© Елена Тимошенко-Седьмая, 2019

© Александр Пермяков, иллюстрации, 2019

ISBN 978-5-4493-2233-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Подростковый возраст – один из самых сложных периодов в жизни ребёнка. Подросток ещё не взрослый, но уже и не ребёнок. Подросток, отрок – он подросток и стал *подростком*. Ему ещё расти, развиваться, набираться жизненного опыта и знаний... Этап детства длится до одиннадцати лет. Младший подростковый возраст характеризуется временным отрезком с одиннадцати до четырнадцати лет. Старший подростковый возраст – с пятнадцати до восемнадцати лет. Но существует и самый сложный этап взросления – это от четырнадцати до шестнадцати лет. Этот период связан с развитием всех ведущих компонентов личности и физиологическими перестройками, обусловленными половым созреванием. В это время часто можно слышать от родителей: «Он от меня отдаляется», «Я для него не авторитет», «Я его не понимаю» и так далее. Подросток тем временем, находясь на рубеже вхождения во взрослую жизнь, постоянно сравнивает себя со старшими и часто приходит к обманчивому мнению, что он уже стал большим и ему всё можно.

Всё чаще происходят конфликты с родителями, потому что ребёнок претендует на статус взрослого человека, не понимая до конца, в чём же различие? С одной стороны, поменялся внешний облик: огрубел у мальчика голос, пробиваются усики; у девочки тоже идёт стремительными темпами развитие половых признаков, – и вот они начинают претендовать на те же права, что и у взрослых. В это время подростки пробуют запретные алкоголь, никотин, играют в карты, азартные игры, требуют от родителей личного пространства, поздно возвращаются домой. Как быть родителям: смириться с этим и принять или же постоянно устраивать скандалы и доказывать, что подросток ещё несмышлёный ребёнок? Родительский авторитет теряется. Нередко на вопрос мамы «Где ты был, почему так поздно?» ребёнок проявляет агрессию. Усиливается влияние сверстника-лидера и происходит отчуждение, непонимание по отношению к родителям. Часто взрослые сами провоцируют ребёнка на отдаление и уход из дома. Подросток прогуливает занятия в образовательном учреждении, у него появляются совершенно другие интересы. Вовлечение подростка в асоциальные группы и правонарушения не самое страшное, что может с ним случиться. Самым страшным на сегодняшний день остаётся подростковый суицид. Тяжело и непросто видеть лица обезумевших от горя и безутешных родителей...

Психологические занятия отличаются от занятий с другими педагогами. Здесь подростки, посетив сенсорную комнату, стабилизируют свой нестабильный психоэмоциональный фон. На занятиях арт-терапией, сказкотерапией выплёскивают весь спектр эмоций: от доброго и радостного до грустного и сердитого. Они растут у нас на глазах, развиваются, взрослеют. И каждое мгновение подростки разные: общительные, замкнутые, импульсивные, агрессивные, тревожные, гиперактивные, любознательные. У каждого свой темперамент, характер. В этом возрасте часто можно наблюдать акцентуацию характера, её нестабильность. Всем родителям очень хочется, чтобы дети выросли хорошими, умными, преуспевающими в жизни людьми, избежав при этом ошибок родителей. Они не могут понять, откуда берутся подростковая ложь, недоверие и скрытность, жестокость и непослушание, хотя порой сами толкают детей на это. Как помочь подростку, какие меры следует принять, чтобы победить лень, грубость, лживость и недоверие? Этот вопрос так или иначе задают себе родители, столкнувшись с огорчениями и трудностями в воспитании подростка. Но прежде чем «бороться» и «противостоять», попробуйте разобраться в истоках и причинах такого поведения. Как же понять ребёнка? Как заглянуть в этот мир? Способ только один: слушать, слышать, общаться, любить и проводить всё свободное время с ним. Дети любят и ждут от нас, взрослых, только одного – взаимности и тепла. Вы являетесь тем самым миром, в котором сосредоточены все детские чувства и надежды на справедливость, честность, помощь и поддержку при любых обстоятельствах.

Написать эту книгу меня заставили многочисленные просьбы родителей. Это руководство может быть настольной книгой в воспитании подростка и оказаться полезной для родителей, педагогов, социальных работников, педагогов-психологов. Здесь собраны статьи разных лет и опыт работы с разными детьми в различных образовательных учреждениях. В книгу вошли основные и важные аспекты этого периода: суицид, наркотики, алкоголь, опасные заболевания, воспитание и, конечно, доброта. Руководство не обязательно читать с первой главы, главы не связаны между собой. Чтение можно начать с любой интересующей вас темы, дорогие родители, педагоги, читатели.

И как когда-то сказал Будда Гаутама: «Если бы кто-нибудь в битве тысячекратно победил тысячу людей, а другой победил бы себя одного, то именно этот другой – величайший победитель в битве». Воспитывая ребёнка, воспитывайте в первую очередь себя! Чтобы за свои поступки никогда вам не пришлось краснеть. И дети могли только гордиться вами. Проявите заботу к подросткам, не отталкивайте их от себя. В этот период ваше внимание и участие для них очень важны.

Выражаю благодарность моим друзьям: врачу высшей категории ГБУЗ «РКПД» Т. А. Зыряновой; лектору Всероссийского общества «Знание» А. М. Алееву; психологу реабилитационного центра «Иремель» при благотворительном фонде «Сильное поколение» О. И. Бельшевой за совместно проведённые занятия с подростками, компетентность и профессионализм в просвещении молодёжи.

С любовью Ваша Елена Тимошенко-Седьмая.

На пути к диалогу

Как воспитывать ребёнка? Этот непростой вопрос задают сейчас многие родители.

«Мне проще его ударить, чем разговаривать, так быстрее дойдёт», – призналась одна родительница. Насчёт дойдёт – вряд ли, а вот ребёнок на всю жизнь затаит обиду, злость, недоверие и будет помнить ваш скоропалительный поступок.

Сейчас многие страны выступают в защиту ребёнка, в школах проводят анкетирование на выявление жестокого обращения и наказаний в семье. В детском саду ежедневно малышкой осматривает медсестра на наличие побоев, ссадин и гематом. Но родителей, привыкших «жить по старинке», это мало останавливает. Да, я согласна, на Руси били розгами, даже М. Ломоносов не избежал этой участи и не стал исключением. И это считалось единственно правильной мерой наказания. Но таким образом мы сокрушаем в человеке всё самое лучшее, светлое, он уже не будет вам доверять и любить, как прежде. Вы осознанно делаете из него раба, принижая, как скотину, убивая в нём личность. Родители, сами того не понимая, воздвигают стену отчуждённости и непонимания между собой и ребёнком. Зачастую ошибкой родителей становится оценка ребёнка в сравнении с самим собой: «В твоём возрасте я не был таким», «Да я в твои годы...» – и идёт перечисление.

Нужно учитывать тот момент, что было другое время – военные годы или советский период, всё это накладывало другие обязательства и систему ценностных ориентаций и ожиданий. Да, в военный период 12-летний подросток шёл и партизанил в лесах. Сейчас подростка этого же возраста мама провожает ежедневно в школу, опасаясь за его жизнь, оберегая от педофилов, маньяков и других насильников. Ушло спокойное время, на дворе XXI век, где торгуют наркотиками, процветают сектанты, экстремизм и террористические группировки набирают силу. У ребёнка остаётся два выхода: компьютерная жизнь и зависимость, куда чаще всего и уходит подросток, или же, наоборот, улица и вседозволенность.

А теперь поставьте себя на место ребёнка: вы приходите на работу, и начальник вас бьёт. Не каждый и крик-то спокойно может перенести, хватаясь за сердце. Поэтому, когда меня спрашивают, бить ребёнка или нет, я даю один единственный ответ: побейте себя. И лучше головой о стену. Ума не прибавит, но дурь однозначно выбьёт. И давно известная всем поговорка «Бьёт – значит, любит» давно уже имеет совершенно другой смысл.

До недавнего времени большинство международных документов о правах человека истолковывались настолько узко, что их нельзя было приспособить к проблеме насилия в семье. Но за последние годы активисты-правозащитники отстаивали, а международные органы признали более широкую интерпретацию правозащитных документов и норм.

Организацией Объединённых Наций была принята Конвенция по правам ребёнка. Это первый официально утверждённый международный документ, включающий полный перечень прав человека – гражданские и политические права ребёнка наряду с экономическими, социальными правами, что подчёркивает равную степень их важности. Конвенция о правах ребёнка была единогласно одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 года. Конвенция о правах ребёнка состоит из преамбулы и 54 статей, детализирующих права каждого человека в возрасте до 18 лет на полное развитие своих возможностей в условиях, свободных от голода и нужды, жестокости, эксплуатации и других форм злоупотреблений. На основе Конвенции разрабатываются нормативно-правовые документы федерального и регионального уровней. Для реализации декларированных в Конвенции и гарантированных Конституцией РФ прав ребёнка на защиту принят целый ряд законодательных актов: Семейный кодекс РФ, закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ», закон «Об образовании». Сегодня я хочу рассмотреть некоторые статьи и законы.

Так, Конвенция ООН о правах ребёнка даёт определение понятия «жестокое обращение» и определяет меры защиты (ст. 19), а также устанавливает: обеспечение в максимально возможной степени здорового развития ребёнка (ст. 6); защиту от произвольного или незаконного вмешательства в личную жизнь ребёнка, от посягательств на его честь и репутацию (ст. 16); обеспечение мер по борьбе с болезнями и недоеданием (ст. 24); защиту ребёнка от сексуального посягательства (ст. 34); защиту ребёнка от других форм жестокого обращения (ст. 37); меры помощи ребёнку, явившемуся жертвой жестокого обращения (ст. 39).

Закон РФ «Об образовании» утверждает право детей, обучающихся во всех образовательных учреждениях, на «уважение их человеческого достоинства» (ст. 5) и предусматривает административное наказание педагогических работников за допущенное физическое или психическое «насилие над личностью обучающегося или воспитанника» (ст. 56).

Закон РФ «О защите прав детей» гласит: «жестокое обращение с детьми, физическое и психологическое насилие над ними запрещены» (ст. 14). С 1 марта 1996 года введён в действие новый Семейный кодекс Российской Федерации. В Семейном кодексе РФ законодательно закреплены общепризнанные принципы и нормы международного права ребёнка «на жизнь и воспитание в семье, на защиту, на возможность свободно выражать своё мнение». В целях «создания правовых, социально-экономических условий для реализации прав и законных интересов ребёнка», предусмотренных Конституцией РФ, принят ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации». Этот закон выделяет особую категорию детей, нуждающихся в защите со стороны государства (дети-инвалиды, жертвы вооружённых и межнациональных конфликтов, дети с отклонениями в поведении, дети, жизнедеятельность которых нарушена в результате сложившихся обстоятельств и которые не могут преодолеть эти обстоятельства сами или с помощью семьи). Кодекс охватывает все основные аспекты семейных отношений. Сюда входят личные, неимущественные и имущественные отношения, отношения между разными членами семьи, отношения по поводу детей, оставшихся без попечения родителей, отношения с участием иностранцев. Так, ребёнку гарантируется право на общение с обоими родителями и другими родственниками (ст. 55); на защиту своих прав и законных интересов (в том числе право самостоятельно обращаться за их защитой в орган опеки и попечительства, а по достижении 14 лет – в суд) (ст. 56). Принятие Семейного кодекса вызвало необходимость принятия ряда новых документов в отношении детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Среди них следует отметить федеральный закон «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставших без попечения родителей».

Законодательно закреплено усиление ответственности родителей за детей. Так, согласно ст. 1075 Гражданского кодекса РФ (II часть введена с 01.03.1996) на родителя, лишённого родительских прав, суд может возложить ответственность за вред, причинённый его несовершеннолетним ребёнком в течение трёх лет после лишения родительских прав, если поведение ребёнка, повлёкшее причинение вреда, явилось следствием ненадлежащего осуществления родительских обязанностей.

Уголовный кодекс РФ предусматривает ответственность за совершение физического и сексуального насилия в отношении несовершеннолетних (ст. 106—136); за преступление против семьи и несовершеннолетних (ст. 150—157). В том, как работает Уголовный кодекс, я убедилась лично в следственном комитете отдела по делам несовершеннолетних, присутствуя на допросе с подростком. И если родитель либо другой член семьи тешит себя мыслью, что о противоправном действии, совершённом в отношении ребёнка, никто не узнает, то он сильно ошибается! Поверьте, найдутся люди, которые встанут на защиту ребёнка, люди, которым ребёнок откроется и доверится. Это только вопрос времени.

Применение физического насилия к ребёнку, унижение достоинства, грубые замечания – всё это способствует проявлению и приобретению таких качеств ребёнком, как озлобленность,

неуверенность в себе, комплекс неполноценности, занижение самооценки, замкнутость, трусость, садизм. У такого подростка сложно проходит процесс социализации, и любой психолог, работающий с подростками, сразу поймёт, что у этого ребёнка есть проблемы.

Научиться понимать своего ребёнка и оказывать ему эмоциональную поддержку дано далеко не каждому родителю. Так, американский психолог Генри Чепмен в книге «Пять языков любви» справедливо уточняет: человек нуждается в том, чтобы его любили, и любили «на его языке». Чепмен описывает пять основных «языков»: слова поощрения, время, помощь, подарки, прикосновения. Всё чаще медики говорят, что любая болезнь ребёнка – это нехватка родительской любви. Маньяки, серийные убийцы – это те, кто недополучил родительской ласки и внимания. Неосознанные мотивы преступлений закрепляются в механизме поведения из детства. Психологическая травма, полученная в детстве, может сопровождать человека всю жизнь, мешая полноценной жизнедеятельности, нанося тем самым вред не только ему, но и ближайшему окружению.

Так, в моей практике был случай, когда мама двоих детей, оформив развод, из провинциального городка переехала жить в столицу. Определив детей учиться, сняла для двух несовершеннолетних подростков комнату в коммунальной квартире. А сама с сожителем переехала на другой конец города, якобы поближе к своей работе. Маму подростки видели в лучшем случае один раз в неделю. Звонить по телефону она им тоже запрещала. Где проживает мать и её адрес дети также не знали. На тот момент старшему мальчику было четырнадцать лет, младшему – двенадцать. На этих подростков я, как опытный психолог, сразу обратила внимание. Дети всегда были голодные, неопрятные, часто просыпали занятия. В беседе с детьми выяснилось, что они предоставлены сами себе. В самый сложный подростковый период, когда так необходимы родители и их участие, дети были брошены. Я созвонилась с нерадивой родительницей и пригласила её прийти в школу, она, сославшись на работу, проигнорировала мой звонок и просьбу увидеться, объяснив, что у её детей «всё хорошо» и разговор исчерпан. С инспектором ОДН мы навестили этих учеников на съёмной квартире. Ужасающая картина предстала перед взором: мусор, консервные банки, окурки, бутылки из-под пива, шастающие по столу тараканы. Старший подросток попытался закрыть дверь, доказывая нам, что мы не имеем права вторгаться на личную территорию. Младший, напротив, заплакал, что теперь мама их точно убьёт и перестанет приезжать к ним совсем. Выяснилось, что мама неоднократно поднимала руку – как знак внимания и воспитания по отношению к несовершеннолетним, запрещая им общаться с кем бы то ни было из взрослых и, видимо, понимая, что нарушает законодательство. По повестке на третий раз мама явилась в отдел по делам несовершеннолетних. Стала доказывать, как безумно любит своих детей от первого брака, но сейчас у неё «налаживается» новая семейная жизнь и сожитель против того, чтобы в квартире жили дети от первого брака. Сложно было поверить в её родительскую любовь и наигранные слёзы. Ещё сложнее – в то, что она занимается воспитанием регулярно и дети уже не маленькие и сами всё прекрасно знают.

Только вот мы, взрослые, не умеем их слушать, узнавать, каковы потребности этих детей. Это не единственная вопиющая история, с которой мне пришлось столкнуться.

Другой эпизод произошёл с шестиклассницей, которую избивал папа, если у неё в дневнике стояли четвёрки или тройки. Девочка буквально вымаливала у учителей, чтобы ей ставили пятёрки, потому что за каждую отметку папа жёстко наказывал ремнём. В действительности папу не интересовали оценки ребёнка, это был всего лишь повод. От избивания ребёнка родитель получал наслаждение... Самое удивительное было то, что мама в наказаниях не участвовала и на защиту ребёнка не вставала, боясь сама получить тем же ремнём...

Но давайте вернёмся к вопросу воспитания: бить или любить? Скажу одно: только родительская любовь, внимание и участие дают ребёнку уверенность в себе и чувство собственного достоинства. Ребёнок будет спокоен и уравновешен. Он будет знать, что дом – это безопасное, надёжное место, где его любят, а не где гнобят и бьют. Без страха будет встречать

трудности на жизненном пути. Потому что он достоин уважения и любви! Без унижения, придирок, оскорблений и забивания в угол. Такой ребёнок в здоровой семейной среде вырастет высококонраственной духовной личностью, уважающей себя, а не затюканным родительской «любовью», с кучей комплексов и проблем, ненавидящий окружение, озлобленный на весь мир с завистью и местью людям. Не понимающий, что можно жить в гармонии с самим собой и с миром.

Прежде чем оценивать ребёнка, оцените себя как воспитателя! Свои поступки. Не забывайте, что для детей вы – главный пример для подражания. Мира и понимания вашей семье!

2017 г.

Убийство криком

«Ты будешь наказан не за свой гнев; ты будешь наказан своим гневом.»
Будда

Многим знакомо выражение «душераздирающий крик». Откуда оно взялось и чем опасен крик?

Сам по себе крик – повышенный тон – способен выражать агрессию, эмоцию. Опасность крика таится в том, что он вызывает в организме сильнейший стресс.

Некоторые родители не задумываясь кричат на детей в воспитательных целях. Или просто по привычке: на них в детстве кричали – и они криком воспитывают своих чад. Потому что считают, что так понятней, так быстрее дойдёт. Да что там родители, когда учитель в школе, чтобы успокоить детей, переходит на крик. Соглашусь, что к концу года у преподавателей сдают нервы, сказывается эмоциональное выгорание. И ко всему не каждый педагог понимает, что крик травмирует ребёнка, его психику и насколько он опасен. Быстрее не дойдёт, объясняю как психолог. Крик парализует ребёнка, он выбивает его из состояния безопасности и спокойствия. На смену этому приходит напряжённость и непонимание. И не только ребёнка – поставьте себя на его место. Когда на вас, взрослом человеке, на планёрке, совещании срывается директор, при этом публично унижает, – не думаю, что кому-то такой вид человеческого общения по душе. Скорее всего, это вызовет ненависть и непонимание в лучшем случае, в худшем – проблемы с сердцем, сосудами.

Так как же влияет крик на человека? Российские учёные уже давно доказали на опытах с растениями, что при ласковом обращении ростки быстрее дают всходы, растение растёт крепким и устойчивым к различным заболеваниям и возбудителям. Растения, которые подвергались крику, грубой ругани и мату, не давали всходов, погибали, как говорится, на корню. А вот теперь представьте, чем ребёнок отличается от того же растения? Неокрепшая детская психика очень подвижная. А дома стоит ор. Мама: «Ты опять прогуливал уроки?» Папа: «Мне учительница звонила – за четверть двойка»... Крики стоят до потолка, и так постоянно, каждый вечер. В психологии это называется психологическое насилие. Известный советский кинорежиссёр Леонид Быков в 1964 году в фильме «Зайчик» поднял эту проблему. Разделив людей на две категории – орущих и тех, на кого орут. Объясняя зрителю, что «высоких» должностей на всех не хватает и не стоит срывать свой гнев на человеке только потому, что тот ниже по социальному статусу...

Многие меня спрашивают, какое насилие страшнее – физическое или психологическое? Отвечаю – оба, между ними нет разницы. Опасно и то и другое. Так вот, на Руси неспроста возникло выражение «душераздирающий крик»: крик не только, образно говоря, душу раздирает, он способен убивать клетки мозга. Как себя поведёт ребёнок-визуалист? У него после крика появится агрессия, злость на родителей. А если ребёнок аудиалист (по-народному – «звуковик»), если он всё воспринимает буквально ушами и для него каждый звук живой? Что станет после такого «концерта по заявкам» с ним? Осложнения в умственном плане, вплоть до психических отклонений. Крик превращает ребёнка в раба. Человек начинает бояться. Нет, не уважать, а именно бояться орущего. Орущий таким образом манипулирует и утверждается за счёт ребёнка. Ну не может он по-другому. Видимо, его самого в детстве так неудачно воспитывали...

Поверьте, никто не хочет иметь маму-истеричку или папу, от которого хочется спрятаться. Любой нормальный ребёнок хочет, чтобы рядом были любящие, психологически здоровые и адекватные родители с нормальной психикой. Но где их взять? Если мать не умеет управлять своими эмоциями, отец постоянно орёт. О каком здоровье ребёнка в этом случае

может идти речь? Ребёнок, растущий в страхе, в напряжении, в боязни, что он снова что-то не так сделал и опять последуют крик или побои, станет замкнутым. У него не будет доверия ни к окружающим, ни к родным, ни к кому. Из таких детей вырастают обиженные и жестокие подростки. А пока ребёнок может быть тревожным, плаксивым, раздражительным, иметь проблемы со сном и не уметь выстраивать отношения с взрослыми, ровесниками. Впоследствии появится асоциальность в поведении. Ко всему прочему в семье, где постоянно присутствует крик, ребёнок будет находиться в позиции жертвы. Он никогда не сможет в будущем стать руководителем, занять высокий пост, добиться высот в карьере. Потому что папа с мамой постарались, воспитывая его изначально рабом с криками и воплями. Не может зашуганный, запуганный ребёнок, всё время находящийся в стрессе, став взрослым, вести себя иначе. Он будет инфантилен, и комплекс жертвы не даст ему жить полноценной, здоровой жизнью. Он не сможет самостоятельно принимать решения и брать ответственность на себя. Будучи взрослым, этот человек всё время будет пытаться вызвать жалость у окружающих либо, того хуже, умасливать и подстраиваться под них.

Одна моя знакомая сказала, что я никогда не смогу работать в школе. На мой вопрос «Почему?» я получила исчерпывающий ответ: «Потому что на детей надо постоянно орать, по-другому они не понимают...»

Отдавать команды в приказном тоне легко, только вот ребёнку, подростку как с этим жить? Оставаясь навсегда рабом, жертвой... Родителям, которые не могут своему чаду спокойно объяснять, я советую пить успокоительное и не уподобляться бешеной собаке, сорвавшейся с цепи, с пеной у рта. Человек разумный, наделённый речью, опускаясь до криков, разрушает не только микроклимат в семье и отчуждение во взаимоотношениях со своим ребёнком, он также разрушает свою психику, свои нервные клетки. Изменения претерпевают все органы: страдают и печень, и почки, и селезёнка...

Не надо воспитывать ребёнка, начните с себя. Постарайтесь хоть один день не кричать. Разберитесь в себе, что вызывает у вас раздражение? После чего вы переходите на крик? Озвучивайте свои чувства, не бойтесь признаться, что поступок ребёнка вам неприятен. Это лучше, чем скатываться до крика. Можно договориться с ребёнком, что, когда вы начнёте кричать, он будет вас останавливать условным знаком или фразой типа: «И я тебя, мама, люблю». Думайте о тех последствиях, которые способен нанести ребёнку крик. Ну а если вы всё же накричали, не удержались, принесите тут же извинения. Не потому что вы старше и умнее, а для того, чтобы спасти отношения, не воздвигать стену отчуждения. Нет, о крике, скандале ребёнок вряд ли забудет, но по крайней мере вы попытаетесь как-то спасти ситуацию. Помните, что восстановить доверительные, любящие отношения гораздо труднее, чем накричать... И таким образом проблема не решается, а ещё больше усугубляется.

Повышенный тон не всегда являет собой манипуляцию и самоутверждение за счёт других, это может быть подавление других, подавление своих страхов и беспокойства. В любом случае, повышенный тон требует внимания. Если одна сторона кричит, другая должна её «отзеркалить» и, наоборот, уйти на тихий голос, не уподобляясь кричащему. Ведь порой кричащему только того и требуется. Будьте спокойнее и мудрее. Спокойствие и тихий голос способны отрезвить кого угодно, если только человек психически не болен.

Я знаю одну семью, мать-одиночку с тремя детьми, в жизни которой встретился мужчина. У него были серьёзные намерения, он хотел оформить брак и усыновить её детей. Но потом внезапно передумал. Когда я поинтересовалась, что послужило поводом, он ответил, что просто не выдерживает постоянного крика. Мать, общаясь с детьми, постоянно орёт, пытаясь таким образом «воспитывать» подорванную психику детей. Пожалуй, стоит помнить, что счастливый, психически здоровый, разумный взрослый человек орать не будет. Он будет стараться помочь ребёнку и понять его... Будьте мудрее...

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.