

Памятка для родителей

Что можно сделать при сексуализированном поведении ребенка?

- Не смущаться. Вы взрослые люди. Оставьте фантазии о развратных детях литераторам. Как мы уже знаем, «секса» в этом – меньше всего.

Спокойно и уверенно (но не гневно!) объясните ребенку, что так себя вести не принято и некрасиво, дети так делать не должны. Конечно, это само по себе не поможет, но ребенок должен знать вашу позицию. Если вам неудобно перед родственниками или друзьями, просто спокойно скажите им, что это со временем пройдет.

- Показать альтернативу. Если ребенок не подвергался насилию, а скорее страдал от невнимания и отсутствия ласки, побольше возитесь с ним, весело тормозите, держите на руках. Он должен увидеть, что объятия и поцелуи – это не обязательно секс. Массаж, теплая ванна, мягкая пижама – все это способствует насыщению потребности ребенка в телесных контактах, снижению уровня тревожности. Очень важными являются проговаривание правил семьи в способах выражения любви друг к другу и проявление хорошего отношения к ребенку.

- Обратиться к специалисту – психологу, психотерапевту или психиатру – особенно если вы знаете или подозреваете, что ребенок был жертвой насилия. Это очень тяжелый опыт и будет лучше, если ребенку поможет профессионал. Возможно, с вами он вообще не захочет говорить на эту тему, и в этом нет недоверия. Ребенку важно, что его новый дом – территория безопасности и даже разговоры о «том прошлом» здесь ему не нужны. Пусть это происходит в кабинете психолога – и там и остается.

- Не поддаваться страху! Самое ужасное, похоже, уже случилось.

Ребенку и самому страшно. Он должен видеть, что вы не боитесь этой темы, а значит, сможете ему помочь. Самое плохое, что может случиться с ребенком в приемной семье, – если на лицах родителей он увидит гадливость и презрение, подтверждающие его и так очень низкое мнение о себе; или если реакцией будет ярость, и ребенок испугается и замкнется; или если он поймет, что они сами смертельно боятся этой темы, а значит, ничем ему не помогут.

Важно понимать, что ребенка выражение гадливости на лице самых близких для него людей может ранить сильнее, чем сам факт насилия посторонними. Ребенок входит в семью, он очень хочет вам нравиться, каково ему, когда вы смотрите на него с отвращением?

Отдайте себе отчет в том, что ни в чем не виноват и никакой "грязи" на нем нет. Справьтесь со своими чувствами, если надо – обратитесь к психологу.

- Быть очень осторожным, если ребенок пережил насилие. Ваши проявления любви могут его напугать.

Договаривайтесь с ним о каждом шаге:

«Я подойду и укурю тебя на ночь, хорошо?» Если он не хочет – значит, нет. Он должен поверить, что вы не будете ничего с ним делать против его воли (это не значит, что вы не можете настаивать на своем в других сферах – речь только о случаях физического, телесного контакта).

- Поднимать самооценку. Ребенок должен знать, что представляет собой ценность не только как сексуальный объект. Почаще говорите ему, как вам с ним интересно, как он вам помогает, какой он сообразительный и т. п.

Сексуализированное поведение ребенка всегда – результат травмы (кроме редких случаев врожденных патологий, которые проявляются обычно и десятком других гораздо более тяжелых симптомов). Никаких действительно «сексуальных» потребностей в результате травмы, естественно, появиться не может. Потребности этих детей все те же – научиться любить и быть любимым, защищать и уважать себя, оставить прошлое в прошлом и жить дальше. Для этого ему понадобятся ваша любовь и ваше спокойствие.

Воровство

Проблема детского воровства сложна и многогранна. Каждый ребенок хотя бы раз в жизни что-нибудь крадет. Многие родители теряются и не знают, что делать, когда с этим сталкиваются.

Когда ребенок еще не достиг 4-х летнего возраста, его поступок пока сложно расценить как кражу. В этом возрасте у ребенка пока еще не сложилось четкое разделение вещей на «свои» и «чужие». Но, чем раньше вы начнете объяснять, что чужое без спросу брать нельзя, тем у него быстрее сформируются моральные установки. Разбирайте вместе с ребенком ситуации, связанные с нарушением моральных норм. Делайте акцент на описании переживаний человека, у которого ребенок забрал вещь. Научите вставлять на место другого, чтобы он понял, что ощущает человек в этой ситуации. Приучайте нести ответственность и отвечать за свои поступки.

Никогда не называйте ребенка вором и не наказывайте физически! Это может очень сильно оттолкнуть от вас ребенка, и он замкнется в себе. Лучше постарайтесь спокойно все обсудить. Продумайте вместе, как можно все исправить, чтобы никого не обидеть. В любом случае, помогите ребенку достойно выйти из этой ситуации, не ущемив его самолюбия и не утратив веру в себя. Выдавайте деньги на мелкие расходы, пусть ребенок учится самостоятельно ими распоряжаться. Помните, что ребенок никогда не станет воровать, если в этом нет нужды.

Для начала надо понять причину. Возможно, он не украл вещь, а просто поменялся с приятелем на время. Если же вещь действительно оказалась украдена, то необходимо помочь ребенку ее вернуть, сделайте это вместе, ему важна ваша поддержка.

Основными мотивами воровства, как правило, являются:

1. Ребенок не умеет устанавливать нормальные взаимоотношения со сверстниками. Он ворует деньги для покупки различных подарков, чтобы завоевать дружбу одноклассников. В этом случае нужно объяснить, что такая дружба не вечна, и как только у него закончатся деньги, он перестанет быть интересен. Научите ребенка завоевывать внимание другими методами.
2. Ребенок попал в дурную компанию, где воровство является нормой или же его заставляют воровать. Такое может произойти из-за неуверенности в себе и попытке завоевания авторитета. Потребность в самоутверждении. Разъясните, что друзья никогда не станут подталкивать к совершению неблагоприятных

поступков. Приглашайте его друзей к себе домой, чтобы быть в курсе того, с кем он общается и проводит время. Познакомьтесь с родителями его друзей.

3. Воровство, как подражание родительскому примеру. Ребенок может стать свидетелем того, что вы сами приносите с работы все, что «плохо» лежит. И для него это становится нормой.

4. Возможно, у ребенка вымогают деньги или же он потерял чью-то вещь.

5. Эмоциональная холодность родителей и напряженная обстановка в семье.

Здесь кража является криком о помощи, ребенок пытается привлечь ваше внимание. Не относитесь к ребенку строго, он нуждается в вашей ласке, внимании и понимании. Старайтесь больше проводить времени вместе.

6. Детская импульсивность. Если ребенок еще мал, то порой ему сложно удержаться от того, чтобы не взять вещь, которую он желает всем сердцем.

Больше обращайтесь внимание на потребности вашего ребенка, возможно, вы что-то ему не даете. Не провоцируйте на кражу, оставляя деньги на виду, легкодоступными.

7. Зависть. Ребенок начинает воровать те вещи, которые по тем или иным причинам ему не покупают родители.

Ложь

Все дети рано или поздно проходят через этап детской лжи. Если ваш ребенок вам соврал, не ругайте его, а для начала задумайтесь о возможных причинах этого поступка.

Возможные причины детской лжи:

Родители сами провоцируют ребенка ко лжи своими завышенными требованиями, запугиванием и наказанием. Может, ваш ребенок сказал неправду, потому что побоялся наказания. Отсюда идет придумывание вымышленных героев: «Это не я разбил вазу, а человек-невидимка». А также, внезапное плохое самочувствие: «Мамочка, я не помыла пол, потому что у меня очень болел животик».

Дети могут обманывать для привлечения родительского внимания. Это происходит тогда, когда родители мало уделяют времени ребенку, или в семье появились младшие дети.

Для самоутверждения, чтобы казаться более интересным и значительным в глазах окружающих: «А у меня дома живет живой тигренок».

Родители сами иногда лгут, и ребенок берет с них пример. Например, звонит ваша знакомая, с которой вы не хотите общаться и вы просите ребенка сказать, что вас нет дома. Так как родители для ребенка - это первый пример, то он начинает воспринимать ложь в порядке вещей.

Ребенок лжет из страха разочаровать родителей. Родители часто пытаются искоренить ложь, а не причину ее возникновения.

Для начала задумайтесь над тем, что может мешать ребенку сказать правду.

Спокойный и ласковый тон, поможет настроить его на доверительный разговор.

Что можно предпринять:

1. Если ребенок лжет, чтобы добиться авторитета среди сверстников, он не уверен в себе и таким методом старается это компенсировать. Родители могут

помочь ребенку найти его сильную сторону и поработать над его самооценкой.

2. Ложь для сокрытия поступка. Задумайтесь над тем, что возможно вы слишком требовательны и строги, и ребенок боится, что вы его накажите. Постарайтесь, как можно мягче поговорить с ним, не давите и не угрожайте. Выяснив причину, постарайтесь найти совместное решение проблемы.

3. Когда в семье появляется второй ребенок, как правило, родители переключают все свое внимание на него. И старший чувствует себя одиноким и брошенным. Поговорите с ребенком, попросите помогать в уходе за младшим. Скажите, что вам без него не справиться. Дайте ребенку почувствовать ответственность, пусть он ощущает себя защитником.

Предоставьте ему возможность помогать в выборе одежды и игрушек для малыша.

4. Мы часто внушаем детям, как важно хорошо учиться, но ребенок не всегда может соответствовать нашим ожиданиям, нельзя во всем быть идеальным. И тогда он начинает скрывать, что у него не все получается. В этом случае, родители должны ненавязчиво узнавать, как у него дела в школе и предлагать свою помощь, если что-то не получается, стараясь не осуждать за плохую оценку.

5. Следите больше за собой, не давайте обещаний, которые вы не можете выполнить. Не просите его говорить по телефону, что вас нет дома, если это не так. Иначе мало того, что вы потеряете свой родительский авторитет, так еще и подадите пример ребенку, что ложь – это норма поведения. Чтобы приучить к честности, надо быть честным самому.

6. Постарайтесь создать в семье доверительные отношения, чаще хвалите ребенка, будьте внимательны к его нуждам и потребностям. Умерьте свои требования к ребенку и чаще делайте акцент на том, что, даже если у него что-то не получится, вы все равно будете его любить. Чувство, что тебя любят и понимают, способствуют развитию необходимых нравственных убеждений.

Повышайте его самооценку, поддерживайте его в сложных ситуациях. Если ребенок решил сказать правду сам, ни в коем случае его не наказывайте, а похвалите, скажите, что это очень мужественный поступок, достойный восхищения. Скажите, что вы гордитесь им. Объясните, что любая правда лучше, чем вранье.

Агрессивность

Детская агрессивность, является очень распространенной проблемой.

Агрессивность появляется с рождением ребенка и является естественной реакцией на преграды, мешающие удовлетворению его потребностей. В дальнейшем развитие агрессии зависит от воспитания родителей.

В первые годы жизни агрессивность проявляется в импульсивных приступах упрямства, сопровождающихся криком, визгом, брыканием, кусанием, драчливостью. В дальнейшем ребенок учится контролировать эти проявления и выражать их более приемлемыми способами. Растущие дети подражают различным примерам, взятым из их социального окружения. Дети, выбирая методы

выяснения отношений с братьями и сестрами, копируют тактику разрешения конфликтов у родителей. Родители являются эталоном, по которому дети сверяют и строят свое поведение.

Возможные причины агрессивного поведения:

1. Возможно, ребенку не хватает родительской любви, и у вас в семье не все благополучно.
 2. Физическое наказание и оскорбление ребенка.
 3. У детей, которые росли в условиях вседозволенности, безнаказанности безнадзорности, возможно формирование таких черт характера, как: агрессивность, импульсивность, злобность, возбудимость, что в дальнейшем может приводить к противоправному поведению.
 4. Воспитание по типу гиперопеки. При таком типе ребенок, как правило, вырастает изнеженным, эгоистичным, несамостоятельным, разбалованным, инфантильным и тревожно-мнительным. Что так же может способствовать возникновению агрессивных тенденций.
 5. Психологические или физические травмы.
 6. Ограничение двигательной активности ребенка.
 7. Скука и однообразие жизни.
 8. Ревность ребенка к родителям или к братьям и сестрам.
 9. Когда родители придерживаются различных взглядов на воспитание ребенка и не согласовывают их друг с другом. Непоследовательность в применении наказаний.
 10. Несоблюдение режима дня.
 11. Подражание родителям или сверстникам. Низкий уровень самооценки.
 12. Эмоциональная нестабильность.
 13. Родители не научили управлению своими эмоциями.
 14. Родители отказывают в праве на личную свободу. У каждого ребенка обязательно должно быть свое место, где он может побыть некоторое место в одиночестве и его никто не побеспокоит. Если же родители регулярно вторгаются на его территорию, пренебрегая его желаниями и правами, то это может спровоцировать агрессивное поведение.
- В первую очередь обратите внимание на то, какие отношения у вас в семье, избегайте скандалов в присутствии ребенка. Нормализуйте семейные отношения.

Помните о том, что ребенок копирует родительское поведение. Вся семья должна договориться о единых методах воспитания и строго их придерживаться. Старайтесь следить за тем, какие фильмы смотрит ваш ребенок и в какие компьютерные игры играет, они не должны нести агрессивный заряд. Давайте возможность выплеснуть свою энергию в подвижных играх или записав ребенка в какую-нибудь спортивную секцию. Не оставляйте безнаказанными агрессивные проявления, но наказание не должно быть физическим, иначе оно может повлечь за собой еще больший всплеск агрессии, лучше если это будет, например, лишение просмотра телевизора или прогулки. Приучайте ребенка нести ответственность за свои поступки. Воспитывайте в ребенке чувство жалости и сострадания. Учите приемлемым способам выражения агрессии. Повышайте самооценку ребенка. Больше хвалите. Относитесь к ребенку как к личности не сравнивайте его с другими детьми, как правило, это очень сильно задевает его гордость. Помните, что ваша

отрицательная оценка ребенка формирует у него низкую самооценку и может в будущем повлечь за собой проблемы в общении.

В тех случаях, когда агрессия имеет незначительные проявления и не несет тяжелых последствий, рекомендуется:

1. Полное игнорирование таких реакций, можно оставить ребенка на несколько минут одного, чтобы он успокоился;
2. Предложить ему нарисовать свой гнев на листочке и порвать его.
3. Оставить ребенка одного в комнате и дать возможность высказать вслух обиду и гнев.
4. Предложить побить подушку, максимально вложив в этот процесс всю обиду и гнев.
5. Переключение внимания. Например, вы видите, что ваши дети готовы затеять драку, предложите одному сходить в магазин, а второму помочь вам на кухне.
6. Покажите ребенку, что вы понимаете и разделяете его чувства.
7. Поиграть в активные игры, побегать, побить подушку.

Если вспышка агрессии была сильной, то для начала дайте ребенку возможность остыть, а затем обсудите его поведение. Дайте ребенку высказаться, не перебивайте его, не давайте оценок, не осуждайте, попытайтесь понять его чувства.

Ребенок должен видеть, что вы его понимаете и не осуждаете, только тогда он сможет перед вами раскрыться. После того, как ребенок выговорился, вместе придумайте другие варианты поведения в конфликтной ситуации. Формируйте позитивные моральные позиции.