



Откажись от насилия.
Стань ответственным
родителем.

Жизненная стойкость

Трудности неизменно встречаются в жизни любого человека. Их возникновение естественно. У детей трудные ситуации возникают не реже, чем у взрослых! Трудная ситуация характеризуется несоответствием между тем, что человек хочет, и тем, что он может. Ребенок постоянно с этим сталкивается. То, что для взрослого естественно, для ребенка может быть трудно и сложно.



Любая трудная ситуация приводит к нарушению деятельности, порождает отрицательные эмоции и переживания, вызывает дискомфорт. Все это может иметь неблагоприятные последствия для развития личности. Но только ли неблагоприятные? Ведь препятствия, помехи – нормальные явления жизни, они вызывают активность, направленную на их преодоление.

Способы поведения в трудных ситуациях имеют индивидуальный характер и у взрослого становятся устойчивыми (самоконтроль, саморегуляция). Складываться они начинают уже в детском возрасте, но это развитие не происходит автоматически по мере взросления. Большое значение имеет темперамент ребенка, особенности его личности, индивидуальный опыт. Могут сформироваться конструктивные способы поведения (активное осознанное преодоление трудностей; активизация развития): умение извиниться, первым подойти для примирения и неконструктивные (не приводят к решению проблемы, могут вызвать отклонения и деформации в развитии): возникновение различных вредных привычек, таких как обгрызание ногтей, онанизм; уход в себя; отказ от общения; агрессивность.

Трудные ситуации могут быть быстротечные (упал, не приняли в игру); кратковременные, но очень острые и значимые (потеря близкого человека, разлука с матерью, переезд на новое место); длительные, хронические (развод родителей, противоречивое воспитание, неуспеваемость в школе). Самые травмирующие – кратковременные, но острые и значимые.

Для дошкольников наиболее травмирующими оказываются ситуации, связанные с утратой (реальной или воображаемой) чувства защищенности:

- ***враждебная, жестокая семья;***
- ***эмоционально отвергающая семья;***
- ***семья, не обеспечивающая уход и надзор;***
- ***распадающаяся или распавшаяся семья;***
- ***чрезмерная требовательность родителей (гиперопека);***
- ***появление нового члена семьи (отчим, мачеха, брат, сестра);***
- ***противоречивое воспитание или резкая смена типа воспитания (раньше все было можно, теперь – ничего нельзя);***



- *чуждое окружение за рамками семьи (язык, культура);*
- *отрыв от семьи (госпитализация, направление в детский сад)*



Постепенно преодолевая мелкие трудности, ребенок готовится ко взрослой жизни. Необходимо, чтобы у него развивалась потребность поиска решений, способность противостоять неблагоприятным воздействиям.

Влияние родителей на становление у ребенка способов поведения в трудных ситуациях велико.

Стиль семейного воспитания:

авторитетные родители – инициативные, общительные, добрые дети;

авторитарные родители – раздражительные, склонные к конфликтам дети;

снисходительные родители (попустительский тип воспитания) – импульсивные, агрессивные дети.

Поведение родителей в трудных ситуациях ребенок (часто бессознательно) принимает в качестве примера для подражания.

Что могут сделать родители детей для преодоления трудных ситуаций:

- *Понаблюдать за поведением своего ребенка в трудных для него ситуациях.*
- *Проанализировать с ребенком возможные способы преодоления трудностей в обыденной жизни, которые могут встретиться.*
С дошкольником можно обыграть эти ситуации, со школьником достаточно разговора.
- *Обратиться к собственному опыту поведения в трудных ситуациях, оценить эффективность своих действий, обсудить это с ребенком.*
- *Обучить ребенка элементам аутотренинга (умение расслабляться, досчитав до десяти, например).*

Эти простые действия со стороны родителей могут оказаться стартом для развития у ребенка самостоятельных навыков по преодолению трудных ситуаций, выработке конструктивных способов поведения.

Рекомендуем прочитать книги о грамотном взаимодействии с ребенком:

Ирма Штайн. Что делать, чтобы ваш ребенок не вырос глупым, циничным, хамоватым бездельником.

Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как?

Корнеева Е.Н. Если в семье конфликт...

