

Генри Клауд
Джон Таунсенд

**Дети: границы, границы...
Как воспитывать у ребенка
чувство ответственности**



«Вы – родители – оберегали своего ребенка и возводили вокруг него внешние границы. Теперь ваша задача – помочь ему выстроить границы внутренние. Иными словами, развить такие качества характера, как ответственность, самостоятельность, самообладание, которые дадут ему психологическую зрелость и свободу... »

Генри Клауд

Джон Таунсенд

План книги:

- ▣ 1 Часть

Раскрывает, почему важно учить ребенка ответственности?

- ▣ 2 часть

Принципы построения границ.

- ▣ 3 часть

Практические шаги по созданию границ.

Часть 1

Почему дети нуждаются в границах?



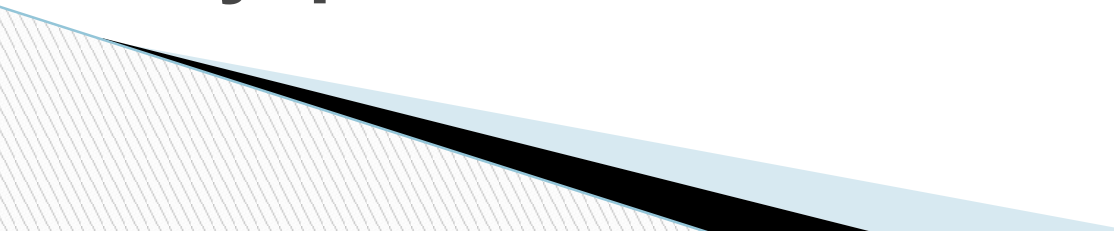
Проблемы несформированных в детстве границ:

- Неспособность сказать «нет»
- Неуважение чужих границ и неспособность принять отказ
- Неспособность отложить удовольствие ради достижения целей
- Жертва манипулятора, игрушка в чужих руках
- Неумение строить отношения с другими людьми
- Неспособность отстаивать свое мнение и конструктивно решать конфликты
- Склонность к вредным привычкам
- Комплекс жертвы, неумение быть хозяином своей жизни

Граница – это линия, очерчивающая пределы чьей-либо собственности.

Сущность границ – самостоятельность, ответственность, владение собой и своей жизнью, свобода и любовь.

Результат усвоения границ таков: то, что было внешним, становится внутренним.



Функции родителей:

- **Опека.**

Создать ребенку безопасную среду, в которой ребенок учится жить.

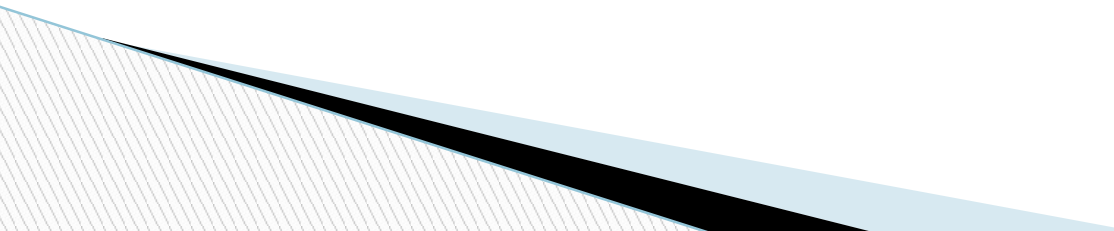
- **Руководство.**

Следить за соблюдением дисциплины, направлять ребенка, прививать навыки.

- **Источник существования.**

Родители – мостик между ребенком и внешними ресурсами.

Необходимые качества взрослых, формирующих границы ребенка:

- Любовь
 - Ответственность
 - Свобода выбора
 - Активность и инициатива
 - Ясное видение реальности
 - Стремление к росту
 - Только правда
 - Высокие требования
- 

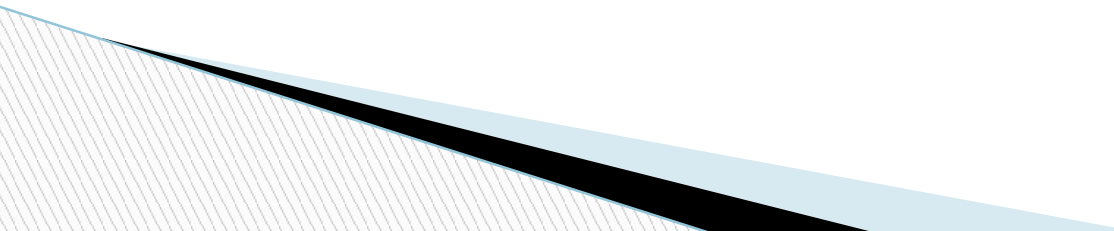
Пути формирования границ у ребенка:

1. Обучение

2. Собственный пример

3. Помощь ребенку в усвоении нового

Рекомендации родителям:

- Не попадайте в зависимость от ребенка
 - Не отождествляйте себя с ребенком
 - Не считайте любовь и строгость несовместимыми
 - Не впадайте в крайности
 - Не доводите себя до изнеможения.
- 

Часть 2
Десять принципов
создания границ



1. Закон причины и следствия «Что посеешь, то и пожнешь»

- Поведение ребенка несет за собой ощутимые последствия(утрата, потеря времени, игрушки и т.д.). Ребенок сам должен чувствовать и переживать, что у него возникла проблема.
- Свобода выбора ощутимых последствий положительных или отрицательных.
- Не вмешиваться в закон! Не делать за ребенка!
- Чтобы истина стала понятной ребенку, нужно ощутить это в жизни на практике.
- Разумные поощрения и наказания в процессе воспитания.

2. Закон ответственности

«Любишь кататься – люби и саночки возить»

- Дети должны знать, что их проблемы – это их проблемы, а не чьи-то еще. Их жизнь – это их «саночки»
- Один из признаков зрелости – умение отвечать за свои поступки.
- Учить детей владеть чувствами, понимать их.
- Нужно различать чувства человека о его отношении к происходящему.
- Поведение → признание и принятие чувств → разъяснение → опыт
- Развивать способность понимать разницу между «не могу» и «мне трудно».
- Любить, но не спасать! Помогать и направлять нужно.

3. Закон власти

«Я не всемогущ, но и не беспомощен»

- ▣ Учить ребенка понимать, что в его власти, а что – нет. В какой мере он способен управлять тем, что в его власти. Как он может приспособиться к тому, чем управлять не может.
- ▣ Использовать свои силы там, где можно.
- ▣ Учить ребенка понимать, что он может и чего не может по отношению к себе.
- ▣ Поощряйте ребенка принимать участие в семейных делах.

- Развлечения не снимают ответственности к обязанностям.
- Убеждать ребенка, что после неудач, он сможет встать, оправиться и идти дальше.
- Ребенок должен понимать, когда он обидел родителей.
- Что бы не случилось, сохраняйте душевную близость с ребенком.
- Не устанавливайте неограниченную власть над ребенком.
- Не поддавайтесь на уловки детей. Главные в доме – родители.
- Выработывайте у ребенка самостоятельность.

4. Закон уважения

«Я» – последняя буква алфавита

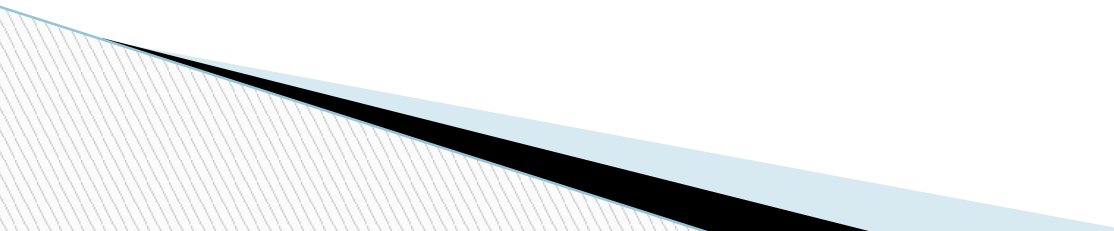
- Уважайте чужие границы. Не выходить за установленные для ребенка границы.
- Говорите «нет», когда ребенок нарушает ваши границы или установленные запреты.
- Сопереживайте ребенку.
- Дайте возможность ребенку исправиться, осознать ребенку свою неправоту и искреннее раскаяние за свое поведение.
- Говорить о последствиях с ребенком.
- Не мешать реальности давать уроки жизни ребенку.
- Уважать стремление ребенка быть самим собой.
- У ребенка есть свое личное пространство.

5. Закон мотивации

Охота пуще неволи

- ❑ Мотивы поведения ребенка меняются по мере развития его личности.
- ❑ Мотивация – помощь ребенку в познании важности собственных границ.

Этапы формирования мотивации:

- ❑ Страх последствий
 - ❑ Первоначальное осознание
 - ❑ Жизненные ценности и нравственные нормы
 - ❑ Зрелая любовь, зрелая совесть.
- 

6. Закон объективной оценки Душа возрастает в страданиях


Боль возникает под воздействием дисциплины.
Оценивайте боль ребенка объективно.

Правила оценки боли:

- ❑ Не позволяйте страданиям ребенка руководить вами.
- ❑ Не путайте свою боль с болью ребенка.
- ❑ Помогите ребенку понять, что боль – последствия его поведения.
- ❑ Боль ребенка - его взросление, а не нужда и обида.

7. Закон проактивности

На Бога надейся, а сам не плошай

- Возможны реактивные реакции ребенка: вспышки раздражения, противостояние, нытье, импульсивность, агрессивность, применение силы.
 - Реактивные реакции ребенка необходимы. Они помогают определиться ребенку с тем, что для них неприемлемо.
 - Проактивные границы – обеспечивают и выявляют проблему и ее решение. «Учатся на своих ошибках».
 - Ребенок понимает: «Что такое хорошо, а что такое плохо».
 - Ребенок управляет собой сам.
 - Проактивные границы строятся ради любви и ответственности.
- 

8. Закон благодарности

- Принимать как должное или выражать благодарность.
- Осознание ребенком удовлетворенности и разочарования.
- Давайте ребенку некоторые его потребности и желания.
- Ограничивайте от чрезмерных излишеств.
- Поддерживайте и помогайте ребенку создавать внутренний ограничитель.
- Будьте терпеливы к тому, что ребенок на вас злится.
- Учите говорить ребенка волшебное слово - спасибо.
- Различать необходимые желания ребенка, а не зависть.

*Главные родительские качества –
умение любить и устанавливать границы*

9. Закон деятельности

Под лежащий камень вода не течет

- ▣ Развивать у ребенка стремление быть деятельным.
- ▣ Деятельный ребенок быстро учится вести себя правильно и осваивает новый опыт, полагается только на себя, строит отношения, проявляет любовь и выражает свои чувства.
- ▣ Пассивные дети постоянно от кого-то чего-то ждут.

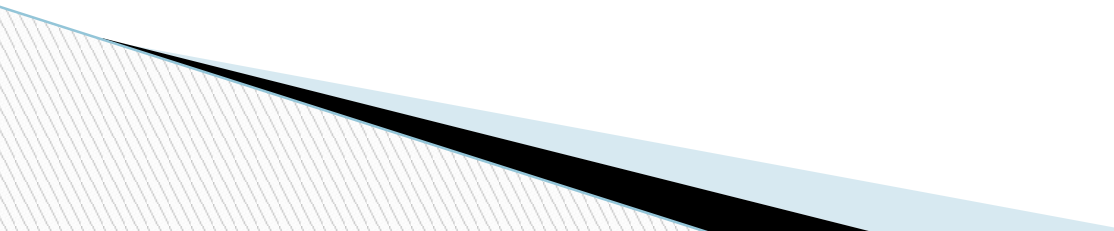
Причины детской пассивности:

- Страх
- Неумение ставить и достигать цели
- Неумение выражать свои желания
- Лень
- Особые права и отношение
- Клинические причины пассивности

10. Закон открытости

Где правда, там и счастье

Правила открытого и искреннего общения:

- ❑ Соблюдайте закон открытости сами.
 - ❑ Создайте четкие границы.
 - ❑ Развейте детские страхи и сделайте общение безопасным.
 - ❑ Не поощряйте детскую замкнутость.
 - ❑ Не становитесь третьим лишним.
 - ❑ Научите детей использовать при построении границ правильные слова.
- 

Часть 3
Строим границы
в отношениях с детьми



Шаг 1. Осознайте наличие трех истин

- Первая истина – есть проблема: ваш ребенок несовершенен.

Признать проблему ребенка, а не искать оправдания.

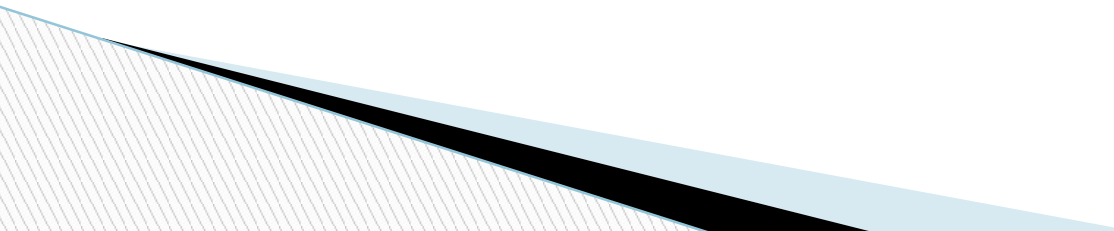
- Вторая истина – проблема несовершенства ребенка – не главная.

Плохое поведение ребенка – симптом более глубокого неблагополучия, связанного с границами ребенка. Он предупреждает о наличии внутренней проблемы.

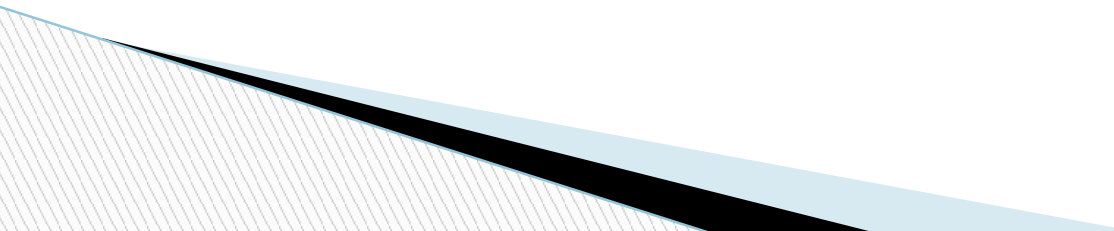
- Третья истина – время не лечит.

Время – условие необходимое, но недостаточное. Нужно предоставить детям любовь, милосердие и истину.

Шаг 2. Ищите поддержку, общаясь с надежными людьми

- Не замыкайтесь в себе.
 - Обращайтесь за помощью к другим.
 - Общайтесь с другими родителями, которые уже могут вам помочь в вопросах формирования границ у ребенка из своего опыта.
 - Овладевайте своими секретами, осваивайте приемы.
 - Верьте в надежду, что все получится!
Пробуйте!
- 

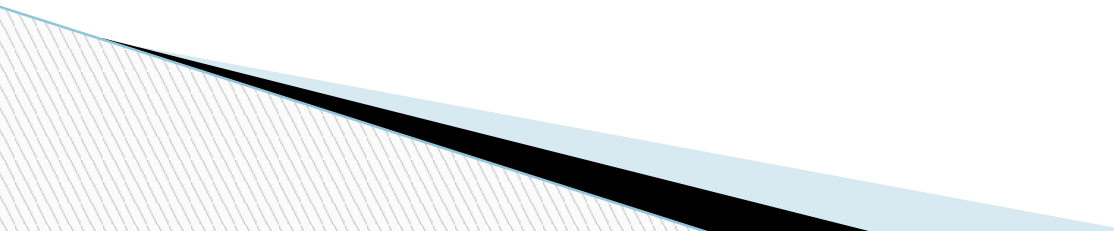
Шаг 3. Укрепляйте свои границы

- Дети чувствуют фальш и лицемерие.
 - Делайте сами то, что просите от ребенка – подавайте собственный пример.
 - Воздействуйте на ребенка, а не командуйте.
 - Развивайте границы своей личности.
 - Уважайте чужие границы.
- 

Шаг 4. Оцените ситуацию и составьте план действий.

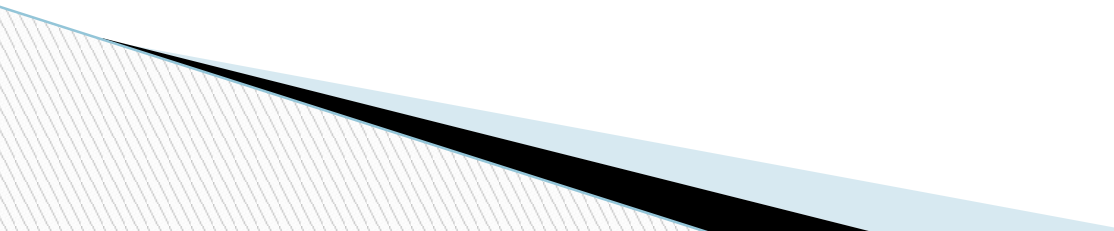
- ▣ Оцените собственные силы и возможности, состояние ребенка и ваши с ним отношения.
- ▣ Необходимо учитывать следующие факторы: возраст, степень зрелости, среду, проблему границ и ее серьезность.
- ▣ План действий: проблема (определение конкретного состояния дела), надежда (умеренность, а не крайности), последствия (ограничения, наказания, поощрение).

Шаг 5. Поделитесь своим планом с ребенком

- Реализуйте план в благоприятное время.
 - Займите позицию «за», а не «против».
 - Изложите проблему.
 - Поделитесь своими ожиданиями.
 - Сообщите о последствиях.
 - Обсуждайте все, что подлежит обсуждению.
- 

Шаг 6. Идите до конца.

«Весь ваш замысел потерпит крах, если вы сами не будете границей для ребенка»

- Точно и последовательно делайте то, что говорите.
 - Подтверждайте свои слова делом.
 - Ребенок будет вас проверять.
 - Будьте терпеливы и не прекращайте старания.
 - Хвалите любые положительные перемены в ребенке.
 - Точно определяйте время и конкретизируйте задачи.
- 

«Ребенок – это человек, не просто маленький по годам и росту, но тот, кто еще не стал взрослым, кто не обладает необходимыми навыками и средствами, чтобы управлять своей жизнью...»

Преодолевать сопротивление и демонстративное непослушание ребенка – одна из основных задач воспитания».

*Генри Клауд
Джон Таунсенд*