

Почему дети становятся скрытными?

Современные родители всё чаще обращаются к психологам с одной и той же проблемой: не удаётся установить контакт с собственным ребёнком. Он выглядит обеспокоенным и расстроенным, но на вопросы родителей отвечает уклончиво или молчит. При этом родители очень часто склонны винить во всем информационное общество, компьютерные игры, интернет и кинофильмы, которые навязывают ребёнку ложные ценности, травмируют ещё не сформированное мировоззрение и напрямую влияют на его отношения с родителями. Но так ли это на самом деле?

Конечно, окружающая среда оказывает на ребёнка немалое влияние. Его одноклассники, учителя, друзья, увлечения — всё это формирует его представление о мире и развивает те или иные черты его личности. Но что бы мы ни говорили, главные люди в жизни каждого человека — родители. И прежде, чем обращаться к специалисту или ограждать ребёнка от общения со сверстниками или компьютера, стоит проанализировать своё поведение по отношению к нему, чтобы понять: а не из-за нас ли он закрылся в себе?

Причины детской скрытности

1. Ребёнок боится наказания

В некоторых семьях всё ещё распространён метод наказания за ошибки. Когда ребёнок получил двойку и честно признался в этом дома, очень часто он не получает поддержки и вынужден лишь выслушивать критику в свой адрес относительно своей лени, невнимательности, безответственности. Естественно, в следующий раз он уже не захочет рассказывать о неудаче, боясь, что снова будет наказан, лишен прогулки или просмотра мультфильмов. Чем чаще мы используем метод запретов и наказаний в воспитании детей, тем меньше можем рассчитывать на их доверие и искренность.

2. Ребёнок боится не оправдать наших ожиданий

Иногда нам кажется, что ребёнок должен беспрекословно слушаться нас во всём, исполнять наши требования, делать то, что выбрали для него мы, принимать наши решения за свои. Мы делаем это из самых светлых побуждений, из-за желания помочь ребёнку и оградить его от тех ошибок, которые совершили сами. При этом мы забываем одну важную вещь: наш ребёнок, даже если он ещё очень маленький, — уникальная личность со своими собственными интересами, принципами и желаниями. Подавляя их своим авторитетом, мы провоцируем его скрытность. Например, мы решили, что наш ребёнок должен закончить музыкальную школу. Он больше всего на свете любит играть с мальчишками в футбол, но, чтобы не разочаровать нас, покорно берёт скрипку и идёт три раза в неделю заниматься тем, что не

доставляет ему ни малейшего удовольствия. Он делает это ради нас или потому, что непослушание грозит ему запретами и ограничениями, поэтому, конечно, не расскажет, что это доставляет ему дискомфорт.

3. Ребёнок не уверен в себе

Колоссальное влияние на формирование детской самооценки оказывают родители. Если мы очень часто критикуем ребёнка, ругаем за ошибки и неудачи, называем лентяем, то у него формируется о себе именно такое представление, которое, кстати, очень нелегко исправить и которое очень сильно мешает ему во взрослой жизни. В дальнейшем у него просто пропадет мотивация делать что-либо, потому что у него сформируется ощущение, что что бы он ни делал, у него всё равно не получится. Свои страхи и неуверенность он будет таить глубоко в себе, осознавая, что в родителях, которые в него не верят, поддержки он не найдёт. Психологи рекомендуют родителям простой способ проверки уровня самооценки ребёнка: нарисуйте на листке бумаги лестницу и попросите его изобразить на этой лестнице себя. Чем выше ступенька, на которую ребёнок поставит себя, тем выше его самооценка. Если ребёнок изобразил себя на одной из нижних ступенек, значит, необходимо пересмотреть свою манеру воспитания. Попробуйте приучить себя хвалить его за малейшие достижения и не слишком критиковать за неудачи. Это поможет ему восполнить уровень уверенности в себе, и, ощущая вашу поддержку, он постепенно начнёт вам открываться.

Как разговаривать ребёнка?

Очевидно, что у всех этих причин есть кое-что общее: ребёнок не доверяет родителям, потому что чувствует иерархию в отношениях с ними, воспринимает родителя не как друга, а как строгого наставника. Поэтому первое, что нужно попытаться сделать — установить доверительные отношения и дать понять ребёнку, что вы на его стороне, что бы ни случилось.

Если ребёнок рассказал вам о проблеме, не спешите сразу же с высоты своего опыта давать ему совет и указания — это тоже может быть воспринято ребёнком как критика его неверных действий. Для начала спросите его: что он сам думает об этом? Какой выход из ситуации видит? Позвольте ему поделиться своими мыслями на этот счёт и в процессе общения слегка корректируйте его идеи небольшими подсказками. У ребёнка, таким образом, возникнет ощущение, что это он сам нашёл выход из положения, у него останется приятное ощущение от такой беседы, и в следующий раз ему будет гораздо легче открыться вам.

Разговорить ребёнка помогут родительские примеры из детства. Не стесняйтесь рассказывать ребёнку о своих ошибках и неудачах: этим вы не покажете плохой пример, а только приблизите его к себе, дав понять, что и вы неидеальны и что каждый имеет право на ошибку.