

# Введение

**ПРЕЖДЕ ВСЕГО, ПОЗВОЛЬТЕ ПОЗДРАВИТЬ ВАС С ТЕМ**, что вы отважились изменить подход к оказанию помощи своему ребенку в управлении своим оппозиционным поведением. Если вашему ребенку был поставлен официальный диагноз *вызывающее оппозиционное расстройство* (ВОР), то он, как и вся ваша семья, испытывает серьезные трудности. Как клинический психолог, специализирующийся на расстройствах поведения у детей и подростков, я знаю, что воспитывать ребенка с ВОР необычайно трудно! Большинству родителей не удается сохранять спокойствие перед лицом взрывного характера своего ребенка. К моменту, когда большинство родителей обращаются ко мне за помощью, оппозиционное поведение их ребенка уже проявляется некоторое время и продолжает усиливаться, не оставляя надежды на улучшение.

Мне знакомы ваши проблемы, и вы выбрали правильную книгу. Она несколько отличается от других изданий, посвященных воспитанию детей с ВОР. В первой части книги мы поговорим об инструментах и стратегиях сдерживания родителями собственных эмоциональных реакций на поведение своего “вспыльчивого” ребенка. Иными словами, в первой части вы узнаете, как позаботиться о себе. Это чрезвычайно важно, ведь вам потребуется терпение, настойчивость и спокойствие, чтобы помочь своему ребенку развить все недостающие навыки. И вы не сможете сделать этого, если не позаботитесь о своем эмоциональном и физическом благополучии.

Во второй части книги содержится описание подходов, направленных на формирование у ребенка навыков, отвечающих за ведущие функции. В ней вы познакомитесь с обобщенной программой, нацеленной на искоренение нежелательных привычек и формирование надлежащей модели поведения. Разрабатывая ее, я исходила из убеждения, что не существует плохих детей, — бывают дети, которым недостает навыков в жизненно важных областях. Я искренне верю в то, что большинство детей с ВОР способно научиться противостоять своему расстройству.

Эта книга не предлагает быстрого решения ваших проблем. Как вам, скорее всего, известно, борьба с ВОР отнимает много времени и сил. Изучайте эту книгу в удобном для вас темпе, уделяя достаточно времени изучению новой информации и проработке целевых стратегий. Я рекомендую выполнять все описанные в книге упражнения — старайтесь не пропускать ни одно из них. Неважно, как долго вы будете осваивать все необходимые инструменты. Важно то, насколько хорошо вы научитесь применять полученные навыки и стратегии в повседневной жизни. Мне сложно предположить, сколько времени у вас уйдет на то, чтобы прочитать всю книгу, но по моим оценкам, если не отвлекаться, то описанную в ней программу можно освоить за несколько месяцев. Это не значит, что по истечению указанного срока вы должны наблюдать улучшения в поведении ребенка. Несколько месяцев вам понадобится только на то, чтобы выполнить все запланированные упражнения и предписания.

Все случаи с клиентами, приведенные в этой книге, взяты из моей практики, но в целях безопасности их имена и личные данные были изменены. В книге вам могут повстречаться взаимозаменяемые термины, например, *ребенок с ВОР* и *ребенок, страдающий ВОР*, говорящие о том, что ребенок имеет симптомы вызывающего оппозиционного расстройства. Помимо этого, родителями я буду называть не только биологических родителей, но и любых других взрослых опекунов, проживающих вместе с ребенком и занимающихся его воспитанием, включая приемных родителей, бабушек, дедушек и т.п.