

Что делать, если ребенок не слушается?

Чтобы ответить на этот вопрос, нужно определить причины его непослушания. Почему он заставляет нас, родителей, испытывать очень неприятные чувства?

Почему дети ведут себя плохо?

Любая семья устроена иерархически. В ней есть главные люди, есть зависимые. Понятно, эти позиции - не приговор, они могут изменяться, но в каждый данный момент существования семьи в ней есть определенная иерархия. Ребенок часто недоволен своим весом и положением в обществе и пытается их изменить. Это бывает в тех случаях, когда он не уверен в своей нужности. Ощутить свою нужность - пожалуй, главная цель любого ребенка.



Как ребенок может понять, что он нужный член семейной группы? Да так же, как все люди. Нужность измеряется количеством внимания. Чем больше другие люди в семье оказывают вам внимание, слушают, не перебивают, интересуются вашим мнением, вашим самочувствием, хотят общаться с вами, тем вам понятнее, что вы не последний человек в этом доме. Если знаков внимания недостаточно, то их приходится добывать.

Есть специальные способы получить внимание: нарисоваться на пороге, улыбнуться чарующей улыбкой (голова всклокочена, пижама и тапки, щеки в шоколаде) - все тут же поворачивается к вам: умиление, прелесть, восторг... Мечты пустые. Сам факт существования ребенка приковывает к себе внимание недолго, лишь первое время жизни, когда малыш еще не умеет наслаждаться своим положением. Действенные способы - это, на самом деле, соответствие родительским ожиданиям, послушание и, что очень важно, возможность получать за это похвалу, одобрение. Сразу. ВСЕГДА. Если одобрение приходит к ребенку через раз, если взрослые стараются отделаться от ребенка: «Иди поиграй, иди мультик себе поставь, отстань, не мешай» - все, конец позитивным способам. Если на пути к получению внимания позитивные способы исчерпаны, то ребенок прибегает к негативному поведению.

Причины детского непослушания.

Первая причина.

Практически любой родитель замечал, что в своем стремлении привлечь внимание маленький ребенок прибегает к самым разным (зачастую вызывающим родительское недовольство) средствам. Если окажется, что такие средства «сработали» и ребенок достиг своей цели, то он и в дальнейшем будет использовать их же.

Если вы испытываете раздражение, то непослушание, скорее всего, вызвано борьбой за внимание. Если ребенок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и благополучия, то он находит свой способ его получить - непослушание. Родители то и дело отрываются от своих дел, делают замечания. Нельзя сказать, что это так уж приятно ребенку, но внимание все-таки получено. Лучше такое, чем вовсе никакого.

Вторая причина

Однако если действия ребенка, направленные на привлечение внимания, не привели к желаемому результату, то вполне вероятно, что в дальнейшем он начинает размышлять следующим образом: «Если никто не обращает на меня внимания, то я стану самым главным, и тогда меня заметят». Если такое стремление к власти, к управлению окружающими приводит к желаемому результату, то дети вполне могут и в дальнейшем использовать этот способ взаимодействия на протяжении всей своей жизни.

У вас возникает гнев? Тогда, скорее всего, причиной непослушания является борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской опеки. Детям особенно трудно, когда родители общаются с ними в основном в форме замечаний, опасений, указаний. Ребенок начинает восставать. Он отвечает упрямством, действиями наперекор. Смысл такого поведения - отстоять право самому решать свои дела, показать, что он личность. Неважно, что его решение подчас не очень удачное, даже ошибочное. Зато оно свое, а это главное!

Третья причина

Если различные попытки приобрести власть претерпевают неудачу, ребенок может решить, что никому нет до него дела. Обычно ребенку больно от такого явного отвержения, и он будет стремиться отомстить или отплатить за это. Месть может принимать умеренные или крайние формы.

Если чувство родителя - обида, то причина непослушания - желание отомстить. Дети часто обижаются на родителей. К примеру: родители более внимательны к младшему; родители разошлись; в доме появился отчим; родители часто ссорятся и т. д. Много единичных поводов: резкое замечание, несправедливое наказание. В глубине души ребенок переживает, а на поверхности - протесты, непослушание, неуспеваемость в школе. Смысл плохого поведения: «Вы сделали мне плохо, пусть и вам тоже будет плохо!».

Четвертая причина

Если же ни одна из вышеизложенных попыток не приводит к удовлетворяющим его результатам, ребенок теряет мужество, отказывается от борьбы, начинает воспринимать себя как неудачника.

Родитель попадает во власть чувства безнадежности, а порой и отчаяния - в этом случае причиной непослушания является потеря веры в собственный успех. Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, ребенок теряет уверенность в себе, у него формируется низкая самооценка. Он может прийти к выводу: «нечего стараться, все равно ничего не получится». При этом внешним поведением он показывает, что ему «все равно», «и пусть плохой, и буду плохой».

Как помочь непослушному ребенку (и себе)?

Самый общий ответ на вопрос - не реагировать привычным, стереотипным образом, так как образуется порочный круг. Чем больше взрослый недоволен, тем больше ребенок убеждается: его усилия достигли цели - и возобновляет их с новой энергией.

Вы многое можете сделать, чтобы изменить ситуацию.

Ребенок, добивающийся внимания.

Такой ребенок считает, что он представляет ценность только тогда, когда благополучен. Обычно, когда родители и учителя хвалят ребенка только за высокие достижения, это убеждает его в том, что «успех» всегда гарантирует его нужность любимым людям. Зачастую ребенок прекращает работать, если ему не удастся получить ожидаемого признания. Если, демонстрируя свои достижения, он не становится центром мира, то он начинает докучать взрослым, вызывая у них раздражение.

Если ваш ребенок ведет себя подобным образом, то попробуйте следующую стратегию.

Перестаньте выполнять то, чего он от вас хочет. Например, если раньше каждый раз, когда из детской раздавались крики, вы бросали все свои дела и опрометью кидались посмотреть, не случилось ли чего (скорее всего, ребенок таким образом привлекал ваше внимание), попробуйте поговорить с ребенком и серьезно сказать ему, что больше вы не будете заходить в детскую, когда он кричит. А дальше будьте последовательны в своих обещаниях. Уйдите, сказав ребенку доброжелательным тоном, что он должен будет справиться с этим самостоятельно. Ни в коем случае не оставайтесь на месте событий (исключение, если ситуация небезопасна для ребенка).

Отследите момент времени, когда ребенок не ведет себя плохо и не требует негативного внимания, и «выдайте» ему внимания позитивного. У него должно сложиться убеждение, что он сможет получить это без воплей, дерзостей и хулиганства. Когда ребенок хочет поговорить с вами, то слушайте и старайтесь понимать то, что он вам говорит. Высказывайте свою точку зрения, но не настаивайте на ней.

Ребенок, борющийся за власть.

Часто он думает так: «Если бы я был главным и управлял всем, как мама с папой, то меня бы все уважали и хвалили». Попытки победить ребенка в этой борьбе за власть неизбежно приведут к поражению родителя.

Не вступайте в борьбу вообще. Соглашайтесь с ребенком в том, что вы не можете «заставить» его поступать так или иначе, но были бы признательны, если бы в конкретной ситуации он вам помог. Есть надежда, что ребенку это приятно услышать, и ради этого он еще как-нибудь что-то сделает без боя. Дайте почувствовать ребенку его значимость. Например, попросите у ребенка совета, а затем последуйте ему.

Мстительный ребенок.

Ребенок, которому не удалось получить внимание вышеперечисленными способами, может решить, что его совсем не любят, и он вообще не нравится. Ребенок чувствует боль, обиду и, как следствие, хочет всем показать, где раки зимуют. Это мрачный, дерзкий или злобный ребенок, прибегающий к мести для того, чтобы ощутить свою значимость. Месть ребенка может быть физической или вербальной, откровенно грубой или изощренной. Но цель одна и та же - отомстить другим людям за ту душевную боль, которую он испытывает.

Избегайте ответных действий. Скорее всего, ваше наказание воспримется ребенком как ответная месть. В результате вы окажетесь в порочном круге, когда ребенок мстит родителю за обиду, а родитель в ответ наказывает его, что влечет за собой новый круг обид и мести. Не позволяйте и ребенку доводить вас до состояния, когда вы «должны ему ответить». Отстранитесь от ситуации и остыньте. Уйдите прочь, как бы вы ни негодовали. Возвращайтесь только тогда, когда придете в нормальное состояние.

Помогите ребенку осознать, что он проверяет людей на то, сколько они могут его терпеть. Поговорите с ним о его обидах. Дайте ребенку почувствовать, что в нем нуждаются и что он необходим.

Ребенок с ощущением собственной неспособности.

Дети, которым не удалось достичь своих целей, найти себе место, в конце концов, сдаются, становятся пассивными и прекращают всяческие попытки. Если такой ребенок сможет убедить родителей и учителей в том, что он действительно не способен выполнять что-то, то к нему будут предъявлять меньше требований, и можно будет избежать многих возможных унижений и неудач. В классах всегда существует какое-то количество таких детей.

Нужно перестать требовать «полагающегося» поведения, свести к минимуму свои ожидания и претензии. Если рассказать ребенку о цели его плохого поведения, то иногда уже это вызывает изменения. Однако есть дети, осознающие цели своего поведения и продолжающие вести себя таким образом. Хотя после этого они уже не получают от него такого же удовольствия, как раньше.

Помогите ребенку осознать, что, может быть, он ошибается, и если попробовать, то он сможет понять, что способен выполнить поставленную задачу.

Дайте ребенку легкую задачу, с которой он обязательно успешно справится. Хвалите его за самые крошечные достижения. «Сегодня ты сделал русский на две минуты быстрее, чем вчера. Здорово, молодец». Не говорите и не делайте ничего, что может усилить уверенность ребенка в своей глупости или неспособности. Не сравнивайте ребенка с другими детьми.

Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома его любят, принимают и уважают.

