

НЕПОСЛУШНЫЕ ДЕТИ

В жизни многих родителей складывалась такая ситуация: мирный, тихий, спокойный ребёнок вдруг стал настоящим бунтарём и перестал слушаться. Одно дело, когда его неправильно воспитали и имеются проблемы с социализацией. Однако тут совсем другое — назрел личностный кризис, с которым самостоятельно справиться уже невозможно, и он выплёскивается наружу. Взрослым нужно понять, в чём он заключается, и помочь разрешить его.

Почему ребёнок не слушается

Если ребёнок не слушается и ведёт себя не так, как раньше, не спешите наказывать. Необходимо выяснить причину такого неожиданного поведения. И поверьте: дело, скорее всего, вовсе не в вашей системе воспитания, потому что тогда подобные вспышки неповиновения и упрямства носили бы постоянный характер. Если это единичный случай, он свидетельствует о каком-то переломном моменте в становлении детской личности, который нужно разрешить с минимальными потерями.

Наиболее типичные причины, по которым дети не слушаются родителей, сводятся к следующему:

Возрастной кризис (3, 7, 10, 13-14 лет).

Обида (несправедливо наказали, не заметили, сказали лишнего).

Плохое настроение, неважное самочувствие, болезнь.

Межличностный конфликт с любым человеком из окружения.

Несоответствие желаемого и действительности.

Неприятие поведения и убеждений кого-то из взрослых.

Случайности: поставили незаслуженную оценку, друг предал, домашнее задание не получается, что-то потерял, не пустили на прогулку и т. д.

Нехватка любви, внимания, заботы со стороны взрослых.

Желание самоутвердиться, доказать всем и самому себе силу своего характера.



Нужно понимать, что это только самые распространённые причины. Не забывайте, что каждый ребёнок индивидуален, поэтому у него могут быть свои мотивы, выходящие за рамки типичного.

Первый шаг на пути исправления неправильного поведения ребёнка — понять почему это происходит, и постараться устранить причину неожиданного и «внепланового» непослушания.

Проявления непослушания

Иногда понять причины непослушания помогает анализ того, как происходит сам акт неподчинения. Психологи выделяют 5 наиболее типичных образцов.



Вариант 1. Опасное поведение

В этом случае ребёнок игнорирует родителей, когда они просят его быть осторожными и запрещают делать то, что может повлечь за собой опасные последствия. Малыши словно нарочно выбегают на проезжую часть, суют пальцы в розетку, хватают нож, тянутся к баночке с уксусом. Подростки начинают курить, пробуют алкоголь, допоздна гуляют, ищут себе в компанию друзей-неформалов. (Возраст: двухлетний; 14-15 лет).

Причины:

малыши провоцируют опасную ситуацию, чтобы увидеть, что за них переживают;

у подростков обнаруживается нехватка адреналина на фоне полового созревания.



Что делать:

в два года нельзя показывать малышу свой страх, достаточно просто обучить его сигнальным стоп-словам;

подростка записать в спортивную секцию.

Вариант 2. Протест

Проявляется в том, что ребёнок не слушается вообще: отказывается есть, ложиться спать, идти в садик / школу, помогать по дому. Трёхлетний малыш на требования и просьбы взрослых кричит, что не будет этого делать, швыряет вещи, отворачивается, закрывает уши руками. Подростки выражают протест молча через игнорирование и уединение в своей комнате. (Возраст: в три года; в 13-16 лет).

Причины:

кризис 3 лет, когда малышу надо самоутвердиться и увидеть, что его мнение уважают;

в подростковом возрасте в 70% случаев отказ от еды и доверительных бесед продиктован неразделёнными чувствами, в 30% — неприятием поведения взрослых.

Что делать:

показать малышу, что вы считаетесь с ним (спросите, какую кашу ему сегодня сварить, какую футболку он наденет в садик);

окружить подростка заботой, не конфликтовать с ним, попытаться вывести на доверительную беседу, проанализировать внутрисемейные отношения.



Вариант 3. Помеха

В какой-то момент ребёнок начинает не слушаться при посторонних. Дома он ведёт себя спокойно, выполняет просьбы и требования, соблюдает запреты. Но стоит кому-то прийти в гости или вам выйти на улицу, ситуация в корне меняется. Причём неподчинение выражается в том, что он постоянно мешает взрослым: вклинивается в разговор, лезет к маме на руки, шумит,

требует поиграть с ним. Родителям часто бывает стыдно за такое поведение малыша, тем более, что они не понимают, почему он такой разный наедине с ними и на людях. (Возраст: три-пять лет).

Причины: недостаток внимания.

Что делать: проявлять по отношению к нему больше любви и заботы.

Вариант 4. Игнорирование

Такой тип непослушания родителей переживают тяжелее остальных. В ответ на все просьбы и требования они слышат одно — молчание. Подростки начинают в таких ситуациях вести себя так, словно взрослых вообще не существует. Они могут надеть наушники или кому-то звонить в самый разгар разговора. (Возраст: подростковый).

Причина:

подростковый бунт;

внутрисемейные конфликты (реакция на появление в доме нового человека — отчима или мачехи);

неприятие убеждений и принципов.

Что делать: в данной ситуации уместно проявить строгость и заставить подростка выслушать все ваши претензии. Но при этом приготовьтесь понять и его.

Вариант 5. Истерики

Одно из самых ярких проявлений неподчинения — когда ребёнок не слушается и психует, в категорическом тоне требует своё, закатывает истерики (валяется по полу, топчет ногами, кричит изо всех сил). Такое обычно случается, когда он не получает желаемого. Причём одно

дело — когда причина в избалованности (в таких ситуациях он истерит постоянно) и нужно в корне менять систему воспитания. И совершенно по-другому нужно отнестись к единичному бунту, если до этого такого не случалось. (Возраст: 2-3 года).

Причина чаще всего случайная, основанная на проблемной для несформировавшейся нервной системы ситуации: не выспался; заставили есть утром нелюбимую кашу; незаслуженно поругали; заболел; потерялась игрушка.

Что делать: успокоить, отвлечь, сконцентрировать внимание ребёнка на чём-то другом.

Обязательно обращайтесь внимание на то, как именно ребёнок вас не слушается. Типичные образцы поведения в таких ситуациях помогут понять, что с ним не так, и вместе разрешить проблему.

Что делать, если ребёнок не слушается

Главное — правильно сформулировать задачу: не заставить ребёнка слушаться родителей, а научить, иначе такое целеполагание обречено на провал. Фриц Перлз — выдающийся немецкий психотерапевт — постоянно



приводил в пример отношения родителей и детей, когда первые брали на себя роль «собаки сверху», а вторые — «собаки снизу». Первые хотят быть для вторых властью, авторитетом, их способы воздействия — приказы, наказание, угрозы, давление. У ребёнка другое оружие — лесть, шантаж, ложь, слёзы, манипуляции, саботаж. И в конфликтной ситуации в 90% случаев побеждает «собака снизу».

В связи с этим Фриц Перлз давал родителям дельный совет: если они хотят, чтобы ребёнок их слушался, нужно перестать заставлять его это делать, командовать, поучать, стыдить.



Основные техники и методы

Соблюдать режим дня

Если с маленького возраста приучить его вставать и ложиться спать, есть, гулять в одно и то же время, в дальнейшем можно избежать ситуаций, когда он будет отказываться это делать. Просто это будет обусловлено привычкой его организма.

Домашние обязанности

Часто акты неповиновения связаны именно с отказом убирать свои вещи, содержать свою комнату в порядке, помогать по дому. Здесь придёт на помощь техника Л. С. Выготского «Конкретная работа по дому, к которой вы хотите приучить ребёнка, сначала выполняется им совместно с родителями.

Несколько раз он должен выполнить это в одиночку, но под присмотром взрослых. Затем самостоятельное выполнение нужного действия (причём регулярно!)».



Игровая / соревновательная деятельность

Хотите научить ребёнка слушаться с первого раза? Нет ничего проще! Любую свою просьбу облачайте в форму игры или соревнования. В младшем возрасте это увлекает и срабатывает на 100%. Приказной тон («Садись и ешь немедленно суп!») лучше заменить на шутивно-игривый («Спорим, папа съест быстрее тебя?»).

Зона запретов

Чтобы научить ребёнка, как вести себя со взрослыми и слушаться, Ю. Б. Гиппенрейтер (известный психолог) предлагает родителям нарисовать 4 цветовых сектора и прописать в них запреты:

Зелёный сектор — что разрешено на все 100% без всяких ограничений (например, помогать по дому).

Жёлтый — что разрешается с ограничениями (гулять только в определённое время).

Оранжевый — разрешается в исключительных случаях (ложиться спать чуть позднее - в праздники).

Красный — нельзя ни при каких условиях (кричать, требовать, не слушаться).

Беседы



Это универсальный способ, который подходит для любого возраста, в том числе и для подростков, ведь с ними выбрать тактику поведения сложнее всего. Чем раньше объяснить ребёнку, что нужно слушаться родителей, тем быстрее он усвоит это правило. С двухлетнего возраста проговаривайте с малышом эту простую истину, чтобы она осталась в его голове.

В более старшем возрасте беседы нужны для того, чтобы выяснить причину неуправляемого поведения. Можно открыто спросить об этом — если он доверяет родителям, расскажет о своих переживаниях. Можно попытаться это выяснить посредством наводящих вопросов. В любом случае ситуацию нельзя оставлять без внимания, её нужно проговорить, чтобы не упустить контроль полностью.

Способы наказания

Случается, что акт неповиновения отличается недопустимой агрессией и не продиктован никакими логическими причинами (ему просто захотелось так поступить, ослушаться, сделать по-своему из вредности). В таких случаях возникает вопрос, как наказать ребёнка, чтобы указать ему, что он поступил неправильно. В этом случае помогут следующие советы.

Лишение привилегий: например, ограничение или полный запрет гаджетов.

Исправление сделанного: разбросал игрушки — пусть сам собирает.

Извинение: учите ребёнка просить прощения. Причём не только за то, что он кого-то обидел, а даже за то, что он вас не послушался.

Обретение негативного опыта: разрешите ему сделать то, что он хочет, если точно знаете, что будет отрицательный результат. Так он поймёт, что слушаться взрослых всё-таки полезно.

Общественно полезная работа: не слушается — пусть моет посуду или пылесосит, даже если это в его обязанности не входит.

Родители должны понять одну прописную истину: если хороший, неконфликтный, спокойный ребёнок вдруг перестал слушаться, этому всегда есть причины. Это не характер и не воспитание, которые проявляются в актах неповиновения постоянно. Это какой-то единичный фактор, личностный кризис, возрастная особенность. Их надо выявить и проработать, чтобы подобные инциденты возникали как можно реже и не портили взаимоотношения в семье.

