

Если ребенок не слушается

Многие родители сталкиваются с тем, что ребенок становится просто неуправляемым. Всякий контакт с ним приводит к скандалу. За скандалом следует наказание, за наказанием — взаимные обиды и потеря доверия. Эти проблемы растут, как снежный ком: родители кричат, и ребенок перестает слышать спокойную речь, родители жестоко наказывают, ребенок учится врать и изворачиваться. *Все родители желают счастья своим детям, но далеко не всем удастся сохранить с ним взаимопонимание, доверие и любовь.*

Почему малыши не слушаются?

Психологами были выделены четыре основные причины нарушения поведения детей, в том числе и их нежелания выполнять требования взрослых.

1. Недостаток внимания. Ребенок не получает того количества внимания, в котором нуждается. Родителям часто не хватает времени и сил, чтобы уделить время для игр, разговора, занятий с ребенком. Но для того чтобы поругать или наказать, они всегда его найдут.

2. Борьба за самоутверждение. Непослушанием ребенок проявляет свою самостоятельность, свой выбор, протестует против чрезмерной родительской опеки. Это происходит в том случае, когда родители пытаются предупредить каждый шаг ребенка.

3. Желание отомстить. Мы порой не замечаем, что тот или иной наш поступок пошатнул веру малыша в нас, нанес вред доверию и чистоте наших взаимоотношений.

4. Потеря веры в собственный успех. Если взрослые слишком часто повторяют ребенку, что он тупица, что у него кривые руки и что вообще он в жизни никогда ничего не добьется, ему ничего другого не остается, как только всем своим поведением подтверждать сложившееся мнение о нем.

Самое важное — понять, что ребенок делает что-то не так не “вам назло”. Его поступок вызван вескими причинами. Разобраться в которых — задача взрослого. Отечественный психолог Ю.Б. Гипенрейтер в своей книге “Общаться с ребенком. Как?” рекомендует родителям следующее:

- Если вы *раздражены*, то, скорее всего, непослушание вызвано *борьбой за ваше внимание*.
- Если переполнены *гневом*, то ребенок пытается *противостоять* вашей воле.
- Если поведение ребенка вас *обижает*, то скрытая причина — *мсть*.
- Если вы находитесь во власти *безнадежности* и отчаяния, то ваш ребенок глубоко переживает свою *несостоятельность* и неблагополучие.

ВНИМАНИЕ! Если ваш ребенок не слушается, обратитесь к собственным чувствам!

Как реагировать на непослушание?

Существует три основные тактики:

- **Игнорировать поведение ребенка** (не обращать на него внимания).
- **Отвлекать ребенка** (переключать внимание ребенка, показывая или давая ему что-нибудь интересное). Это один из самых распространенных способов, если дело касается совсем маленьких детей. Наказание к ним не применимы, так как они не могут установить причинно-следственную связь между своим действием и наказанием.
- **Наказывать** (шлепать, ругать, ставить в угол и т.д.).

ВНИМАНИЕ! Если родители считают возможным причинить ребенку боль в виде дисциплинарного средства, то они достаточно легко могут переступить черту и перейти к жестокости!

И в заключение хотелось бы напомнить, что родители должны воспитывать не только детей, но и самих себя.

Каким же надо быть взрослым, чтобы не провоцировать своего ребенка на еще большее непослушание?

- ✓ **Быть терпеливым.** Это самая большая добродетель, какая может быть у родителей.
- ✓ **Уметь объяснять** ребенку, ПОЧЕМУ его поведение неправильно, но при этом избегать занудства, быть предельно краткими.
- ✓ **Уметь отвлечь,** предложить ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему сейчас хочется.
- ✓ **Не торопиться** с наказаниями.
- ✓ **Уметь выражать благодарность** ребенка за те хорошие поступки, которые он совершает. Награждайте его. Награды более эффективны, чем наказания. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того, чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нем желание поступать так и дальше, чтобы еще раз услышать вашу похвалу. Даже если понадобится больше времени, таким образом, вы сможете изменить поведение своих детей совершенно безболезненно по сравнению с тем вредом, который принесет наказание.

Не забывайте, что ваша цель — не обидеть ребенка, а только обозначить его неправильный поступок.