

КАК НАЙТИ ПУТЬ К БЕСКОНФЛИКТНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ В СЕМЬЕ

В чём кроются причины «плохого поведения»? Давайте задумаемся о том, чего собственно хотят дети, когда они «плохо себя ведут»? Откуда вообще берется плохое поведение?

Причины стойкого непослушания ребёнка, мотивы «плохого поведения» следует искать в глубине психики ребёнка. Это на поверхности кажется, что он «просто не слушается», «просто не желает понять», а на самом деле причина иная. И, как правило, она эмоциональная, а не рациональная. Больше того, она не осознается ни взрослым, ни самим ребенком. Отсюда вывод: такие причины надо знать.

Можно выделить пять основных причин нарушения поведения у детей, которые приводят к тому, что ребёнок становится трудным и порой неуправляемым.

Причина первая – борьба за внимание.

Если ребенок не получает внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит свой способ его получить: он не слушается. Непослушание – это тоже возможность привлечь к себе внимание. Родители то и дело отрываются от своих дел, делают замечания...

Причина вторая – борьба за самоутверждение.

Это борьба против чрезмерной родительской власти и опеки. Ребенок объявляет войну бесконечным указаниям, замечаниям и опасениям взрослых. Знаменитое требование «Я сам» двухлетнего малыша сохраняется в течение всего детства, особенно обостряясь у подростков. Возможность иметь свое мнение, принимать собственное решение – это возможность приобрести свой опыт, пусть даже ошибочный. Если родители слишком часто делают замечания и дают советы, а их критика слишком резка, опасения преувеличены, то ребенок «восстает».

или наказаниях.



Причина третья – желание мщения.

Ребенок может мстить за сравнение не в его пользу со старшими или младшими братьями и сестрами, или когда родители уделяют больше внимания младшему ребёнку; унижение друг друга членами семьи; несправедливость родителей и невыполненные ими обещания; чрезмерное проявление любви взрослых друг к другу и т.п. Дети бывают часто обижены на родителей, например, если мать разошлась с отцом, если в доме появился новый член семьи, или самого ребенка отлучили от семьи (отправили к бабушке, в лагерь и пр.). В глубине души ребенок переживает и даже страдает, а на поверхности все те же протесты, непослушание.

Причина четвертая – потеря веры в собственный успех.

Причинами неверия в собственный успех могут стать учебные неудачи, взаимоотношения в классе и с учителем, низкая самооценка. Может случиться, что ребенок переживает неблагополучие в какой-то одной области, а неудачи у него возникают совсем в другой. Например, у мальчика не сложились отношения в классе, а следствием стала запущенная учеба; в другом случае неудачи в школе приводят к вызывающему поведению дома. Подобное «смещение неблагополучия» происходит из-за низкой самооценки ребенка. Накопив горький опыт, он теряет уверенность в себе и приходит к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не получится». Это – в душе, а поведением он показывает: «Мне все равно...», «Пусть буду плохим...».

Причина пятая – попытки заручиться поддержкой друзей (во многом схожа с первой). Если ребенок не получает необходимого внимания в семье, то он находит свой способ его получить: он находит внимание и поддержку у друзей. Ребёнок допоздна пропадает на улице со своими сверстниками. Несмотря на все выговоры и увещевания родителей, ситуация не улучшается.

Помните, всякое серьезное нарушение поведения – это крик о помощи. Своим поведением ребёнок говорит нам: «Мне плохо! Помогите!» Отсюда следует вывод: «трудный» ребенок нуждается в помощи, а не в критике или наказаниях.

Эти пять причин как путеводные нити. Как же помочь ребёнку чувствовать себя полноценным членом семейной жизни, действуя при этом приемлемыми способами?

Как же действовать?

Борьба за внимание.

Дети очень часто пытаются привлечь к себе внимание плохим поведением. Некоторые так отчаянно хотят, чтобы на них обратили внимание, что предпочитают наказания и ругань родителей его отсутствию. Как правило, плохое поведение само собой прекращается, когда ребенок не получает за него вознаграждение в виде внимания со стороны родителей, когда такое поведение не замечают, игнорируют. Спокойное игнорирование и отложенное на время воздействие за проступки (при условии, если поведение ребенка не приносит серьезного ущерба его здоровью и не вредит окружающим) даёт положительный эффект. Найдите время, чтобы уделить ему позитивное внимание – обнять его, поговорить с ним, предложить ему какие-нибудь совместные занятия, прогулку – когда он этого не ожидает.

Борьба за самоутверждение.

Когда зарвавшегося ребенка пытаются одернуть, он часто попросту игнорирует замечания родителей или ведет себя еще более вызывающе. Даже если он подчиняется, то делает это с вызовом. Лучше не пытаться взять верх в этой борьбе, потому что, в конце концов, можно оказаться в проигрыше. В большинстве случаев не следует пытаться утвердить своё первенство. Родителям стоит уклониться от конфликта и обсудить с ребёнком ситуацию позже, когда все немного успокоится. В целом, следует уменьшить свою включённость в дела ребёнка, ведь для него очень важно накапливать опыт собственных решений и неудач.

Желание отомстить.

Даже не отдавая себе в этом отчет, ребёнок может пытаться за что-то отомстить родителям. Например, если родители постоянно выходят победителями в борьбе за самоутверждение, ребенок может попытаться выместить на них свое зло, находя массу способов наказать их и сделать им больно. У родителей постоянно возникает соблазн ответить, отругать, отчитать – но все без толку. Ребенок просто меняет тактику и быстро находит другой метод причинить боль. Поэтому не стоит пытаться сражаться с таким поведением. Но стоит попытаться сохранить дружелюбный тон, так «война» теряет для ребёнка всякий смысл. Вряд ли вы добьётесь своего, если будете применять к детям меры возмездия. Если вы будете вести себя дружелюбно и непринуждённо, атмосфера в семье постепенно улучшится без дополнительных усилий.

И главное, постарайтесь понять причину мести вашего ребёнка, её надо исправить.

Потеря ребёнком веры в собственный успех. Дети, не получающие поддержки родителей, часто ведут себя настолько неуспешно, что родители в конце концов начинают их критиковать, приходят им на помощь или выпячивают их неуспешность. Главный принцип в обращении с «неуспешными» детьми – перестать награждать их неуспешность, подвергая ее критике; более того, ее лучше вообще не замечать. Кроме того, надо хвалить любое – даже самое маленькое – улучшение качества навыков ребенка, и даже попытку его улучшить.

Перестаньте требовать «полагающегося» поведения, «сбросьте на нуль» свои ожидания и претензии; начните новое движение вперед. Всё время ищите любые признаки улучшения и «замечайте» их. Родительская поддержка может творить с ребёнком чудеса.

Таким образом, установив причину поведения ребенка, можно не попасться на удочку и не реагировать «как всегда»:

1. Можно повести себя неожиданным образом, может быть, сделать прямо противоположное тому, что вы обычно делаете в такой ситуации: если вы обычно срываетесь на крик, попытайтесь сохранить спокойствие; если вы обычно реагируете спокойно, попытайтесь проявить твердость.
2. Не уделяйте ребенку внимания, когда он требует этого своим плохим поведением.
3. Отступите, если вам покажется, что ребенок втягивает вас в спор.
4. Найдите за что похвалить ребенка, когда хочется раскритиковать его.
5. Игнорируйте детские драки и споры, пока не возникает реальной опасности жизни и здоровью детей.
6. Таким образом вы сможете уйти от непродуктивных автоматических реакций на плохое поведение детей и прекратите вознаграждать такое поведение своим вниманием.
7. Переключите свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные действия, но не ждите положительных результатов сразу!
8. Следует помнить, что вначале, при первых ваших попытках улучшить взаимоотношения, ребёнок может усилить своё плохое поведение. Он может не сразу поверить в искренность ваших намерений и будет проверять их, так что придётся выдержать и это серьёзное испытание.

И всё же правильная родительская стратегия приводит к пошаговому уменьшению доли неприемлемого поведения и к постепенному построению позитивного представления ребёнка о себе, увеличению внутренней свободы.