

КАК РАСШИФРОВАТЬ ПЛОХОЕ ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА



Как часто слышишь на консультациях про плохое поведение детей... Родители говорят об этом со злостью, тяжелым чувством бессилия, тревогой и даже страхом. Это вполне понятно. Ведь поведение ребёнка является зеркалом того, что происходит между ним и родителем или в целом в семье. Ладно, ещё если от неподобающего поведения страдают близкие. Когда же оно выносится на всеобщее обозрение, в коллектив школы или садика, мамами-папами овладевает отчаяние. Зачастую родители, если превентивные меры не помогают, защищаются, говоря, что виновата генетика: у деда характер точь-в-точь. Такой же упрямый и своенравный. Или списывают плохое поведение на то, что ещё мал, или какие-то травмирующие истории в жизни ребёнка. Оговорюсь, что как раз травмы и, правда, могут быть причиной его сложного поведения. Но сегодня не об этом. Ещё близкие, бывает, сетуют, что ребёнок ведёт себя ужасно "назло". В семейной терапии даже есть термин «протестное поведение». Вот только смысл его не совсем в том, что мальчик-девочка ведут себя «назло». Они «показывают» своим поведением, что их жизнь невыносима. По У. Глассеру потребности человека заключаются в
Выживании

Ощущении принадлежности
Признании
Удовольствии
Свободе
Власти.

Опираясь на этот список, стоит понять, чего добивается ребёнок неподобающим поведением. Возможные цели негативного поведения: привлечение внимания, самоутверждение, месть, уклонение (не хочу, не буду, не знаю).

Какую из обозначенных целей преследует ребёнок можно понять исходя из чувств родителей, представленных ниже:

Если вы испытываете раздражение, то ребенок пытается привлечь ваше внимание.

Проверяйте, чего не достает ребенку.

Если это негативное привлечение внимания, то, конечно, не стоит его подкреплять своим возмущением, наказанием, нотациями.

Лучше всего проигнорировать. Поставить в уме галочку: «Нас ему мало» и делать что-нибудь, чтобы ребенок почувствовал, что его любят. Хвалите, проводите время наедине с ним, хотя бы 15 минут в день!

Если вы чувствуете гнев, то речь идет о самоутверждении. Значит, ребенок сомневается, что с ним считаются. Но он верит, что будут считаться, если он сможет оказывать влияние на других: «Вы сделаете так, как я хочу, вы не сможете мною управлять». Такое поведение часто встречается при крайне ригидном поведении самих родителей - когда дети подрастают, а требования к ним не меняются.

Возможно, стоит пересмотреть свод правил вашей семьи.

В помощь здесь следующее:

- Предоставляем ребенку выбор без выбора (ты помоешь посуду или польешь цветы?)
- Не приказываем
- Предупреждаем его заблаговременно о предстоящих событиях
- Договариваемся заранее и держим слово
- Моделируем ситуации, в которых выигрываете и вы, и ребенок
- Не конфликтуете сами, не поддерживаете борьбу

Если вы чувствуете обиду, то вероятно речь идет о мести.

Ребенок может думать: «Пусть меня не любят, с этим ничего не сделать, но им придется считаться, когда я отомщу». Разумно разобраться, что произошло, почему ребенок мстит? Исправить можно дружелюбием и пониманием.

Если у вас опускаются руки от отчаяния от происходящего, вы испытываете бессилие, то с детьми может происходить следующее. Они теряют веру в себя, у них многое не получается, формируется негативное представление о себе, то есть низкая самооценка.

Сказать ребенок хочет, видимо вот что: «Я никчемный, у меня ничего не выходит, я глуп. Отстаньте от меня».

Что делать?

- Перестать жалеть
- Изменить свои ожидания относительно того, что ребенок мог бы сделать, и сконцентрируйтесь на том, что уже сделал
- Ведите к успеху постепенно, сначала создавая обстановку, в которой хочется преуспеть, а уже потом усложняйте задачи
- Искренне подбадривайте ребенка
- Ничего не делайте за ребенка сами, но воздержитесь от уговоров делать что-то

Приведенные советы и правда работают. Если хочется разобраться в материале более глубоко, то предлагаю внимание книгу Кэтрин Кволс «Радость воспитания. Как воспитывать детей без наказания».

Не помогает - идите к семейному системному консультанту.

Возможно, ситуация в семье каким-то образом отражается на ребенке. Дети - индикаторы происходящего.

Психолог поможет разобраться, вы сможете увидеть новые варианты взаимодействия в семейной системе.

Либо окажется, что ребенку показана психотерапия. Этого не стоит бояться, наоборот. Чем раньше родители обратятся за помощью, тем проще достигнуть позитивного результата. Часто слышишь: «Я пока подожду, попробую еще что-то сделать». А потом наступает переходный возраст, ситуация усугубляется и подростка невозможно уговорить пойти на консультацию. Важно помнить, что до 10,5 лет внутренние проблемы детей решаются очень быстро, согласно их физиологии.

Удачи вам в воспитании детей и принятии верных решений!