

## ПОЧЕМУ РЕБЕНОК НЕПОСЛУШЕН?

Психологи выделили четыре основных причины серьезных нарушений поведения детей.

**Борьба 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 уж очень приятно, но внимание все-таки получено. Лучше такое, чем никакого.

**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. Не важно, что его решение подчас не очень удачное, даже ошибочное. Зато оно свое, а это главное!

**Желание отомстить.** Дети часто обижаются на родителей. К примеру: родители более внимательны к младшему; мать разошлась с отцом; в доме появился отчим; родители постоянно ссорятся... 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 будет тоже плохо!"

**Потеря веры в собственный успех.** Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, ребенок теряет уверенность в себе, у него складывается 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".

**Выявить истинную причину непослушания** и плохого поведения довольно просто, хотя способ может показаться парадоксальным. Родителю нужно обратить внимание на собственные чувства.

Если ребенок борется за внимание - появляется раздражение.

Если подоплека стойкого непослушания - противостояние воле родителя, то у него возникает гнев.

Если скрытая причина - месть, то ответное чувство у родителя - обида.

При глубинном переживании ребенком своего неблагополучия родитель попадает во власть чувства безнадежности, а порой и отчаяния.

Что же делать дальше? Общий ответ на вопрос - не реагировать привычным образом, т.к. образуется порочный круг. Чем больше взрослый недоволен, тем больше ребенок убеждается: его усилия достигли цели. И он

возобновляет их с новой энергией. Взрослому нужно уяснить, что именно он чувствует и перейти к позиции помощи.

*Если идет борьба за внимание*, нужно оказывать ребенку положительное внимание. Придумать какие-нибудь совместные занятия, игры, прогулки. Если источник конфликтов - *борьба за самоутверждение*, то следует, наоборот, уменьшить свою включенность в дела ребенка. Для него очень важно накапливать опыт собственных решений и даже неудач. Больше всего поможет избавиться от излишнего давления и диктата понимание, что упрямство и своеволие ребенка - лишь раздражающая вас форма мольбы: "Позвольте же мне жить своим умом." Если вы испытываете обиду, то нужно спросить себя: что заставило ребенка причинить ее вам? Какая боль у него самого? Чем вы обидели или постоянно обижаете его? Поняв причину, ее надо исправить. Самая трудная ситуация у отчаявшегося родителя и разуверившегося в своих силах ребенка. Нужно перестать требовать "полагающегося" поведения, "сбросить на ноль" свои ожидания и претензии. Наверняка ребенок что-то может, у него есть к чему-то способности. Найдите доступный для него уровень задач и начните движение вперед. Организуйте с ним совместную деятельность, сам выйти из тупика он не сможет. При этом ребенка нельзя критиковать! Ищите любой повод, чтобы его похвалить, отмечайте любой, даже самый маленький успех. Постарайтесь подстраховывать его, избавлять от крупных провалов. Необходимо поговорить с учителями и сделать их союзниками. Вы увидите: первые же успехи окрылят ребенка.

Итак, главные усилия надо направить на то, чтобы переключить свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные действия. Что важно знать в начале: при первых попытках улучшить взаимоотношения, ребенок может усилить свое плохое поведение! Он не сразу поверит в искренность ваших намерений и будет проверять их.

***ЖЕЛАЕМ ВАМ УСПЕХОВ!***