

Консультация психолога для родителей

Что делать, если дети не слушаются родителей?

Маленькие дети — большая работа. Когда эйфория от рождения ребёнка проходит, мамы и папы замечают, что заставить малыша делать что-то правильно иногда непросто. Первый переломный момент в формировании личности начинается в возрасте 3 лет. У малыша ещё очень мало жизненного опыта — границы интересов других людей ему почти не знакомы. На этом этапе родители начинают сталкиваться с серьёзными капризами.

С взрослением детей причин плохого поведения становится больше, а их характер — сложнее. Чтобы не упустить важно на начальных этапах воспитания, разобраться с частыми поводами для непослушания.

Типичные проблемы в поведении ребёнка

- **Опасное поведение:** игры с острыми предметами, катание на самокате по автомобильной дороге, трюки перед сверстниками на детской площадке — типично как для малышей, так и для детей постарше.
- **Детские протесты:** истерика и сопротивление в ответ на любую просьбу. Ребёнок не слушается родителей и не хочет одеваться, идти в гости, возвращаться домой — такое часто встречается у малышей 3–4 лет.
- **Неприемлемое поведение в обществе:** активные маленькие дети не слушаются маму на площадке — кричат и бегают, а иногда даже могут толкаться и физически мешать другим.
- **Требование что-то купить:** дорогую или бесполезную игрушку, конфеты и вредную пищу. Такое поведение характерно для дошкольников.
- **Игнорирование родителей:** молчание и замыкание в себе — частая проблема детей 10 лет и старше.

Причины плохого поведения и как их избежать

Предотвратить всегда эффективнее, чем разбираться с последствиями. В проблемах с поведением психологи руководствуются тем же: нужно выяснить, почему дети не слушаются родителей, и устранить эти причины.

Из-за чего ребенок может плохо себя вести:

- **Физический дискомфорт:** когда болит голова или мучает зубная боль, сложно быть терпеливым. Капризы и непослушание — признак заболевания — стоит быть чутким к ощущениям малыша.
- Случается также, что ребёнок просто устал, голоден или ему некомфортно при экстремальной температуре. Длительные походы по магазинам, театрам или на природе обязательно должны быть спланированы: сменная одежда и комфортный транспорт обеспечат дополнительное спокойствие взрослым и детям.

- **Нехватка внимания.** Ежедневно проводить личное время с малышом — лучший способ укрепить дружеские отношения. Подойдет любое интересное занятие: чтение, прогулка, занятия творчеством. Важно при этом максимально погружаться в совместную деятельность.
- **Боязнь или стеснение.** Дети не здороваются с гостями просто потому, что стесняются, а не желают насолить маме. Лучшее решение такой проблемы — объяснение правил этикета. А рассказав малышу о том, что его ждёт, родители избавят его от страха неизвестного.
- **Отсутствие желания:** ребёнок не хочет делать то, о чём его просят — и это нормально. Мамам и папам стоит помнить, что им иногда тоже бывает лень, а уметь отказывать — важный навык.
- **Просьба о дополнительной заботе:** малыш и рад бы одеться быстрее, но справиться со шнурками и запутанными рукавами куртки приятнее вместе с родителями.
- **Инструкция слишком сложная:** ребёнок просто не понял, хотя очень старался. Дело пойдёт гораздо веселее, если обозначить более чёткие этапы действий и не забыть напомнить о том, что можно делать, кроме бесконечных «нельзя».
- **Задача слишком сложная:** не перебивать, говорить тише, сидеть спокойно целый час — взрослые часто переоценивают способности малышей. Стоит помнить о возрастных особенностях и упрощать задачи.
- **Внимание ребёнка не на родителях:** зачем кушать кашу, если можно смотреть мультики? Прежде чем давать какую-то инструкцию, нужно сделать так, чтобы малыш её услышал. Возможно, его что-то отвлекает, а связь с маминым разговором он уже потерял.
- **Привязанность к родителям не надёжна:** ребёнок проверяет взрослого, как хорошо тот заботится и опекает его.

В этой ситуации психологи советуют проговаривать проблемы, помогать справляться с тем, что расстраивает или раздражает малыша. Схема проста:

- **название чувства:** «Ты расстроен из-за того, что теперь приходится делить свои игрушки с сестрой. Тебе кажется, что мы меньше тебя любим»;
- **обозначение границ:** «Обратно сестричку мы не сдадим. Она останется с нами»;
- **сочувствие:** «Это, конечно, обидно. Мы понимаем, как тебе грустно. Мы тебя любим ничуть не меньше».

Что бы ни случилось, родителям нужно помнить о спокойствии, проводить со своими детьми больше времени, знакомиться и узнавать их ближе каждый день.

Как вести себя, если ребёнок не слушается: советы психологов

Идеальных людей не существует: сорваться на близких, обвинять без причины, разговаривать дурным тоном просто. Проявлять ангельское терпение — чертовски сложно. Однако, попробовать стоит: метод «кнута и пряника» устарел и совершенно не эффективен. Не заигрываясь с

вседозволенностью, выстроить границы хорошего поведения ребёнка — вполне посильная задача.

Приёмы и принципы воспитания, которые заменят наказания:

- **Авторитет.** Родитель — главный пример в жизни маленького ребёнка. Поэтому он — гарант надёжности. Важно помнить, что в родительских отношениях авторитет устанавливается с позиции заботы, а не силы, тогда ребёнок будет чувствовать себя расслабленно и защищённо.
- **Система правил.** Обозначить понятные правила поведения — несложно. Чёткое разделение на то, что можно и нельзя, и подсказки со стороны родителей помогут ребёнку ориентироваться: «Когда придём в гости — поздороваемся».
- **Напоминание о последствиях.** «Сейчас мы купим игрушку, но от конфет придется отказаться на месяц — денег хватает только на что-то одно». Предполагать и озвучивать добрые намерения тоже важно.
- **Помощь в том, чтобы быть хорошим.** Легко съесть все конфеты, если они постоянно стоят на виду — не стоит напрасно искушать ребёнка. Убрать запретные вещи, а заодно разобрать в доме — приятное и полезное занятие. В критических ситуациях — чёткие и краткие инструкции: «Это опасно!», «Мы так не делаем», «Мне это не нравится».

Крики и наказания бессмысленны и создают нездоровую эмоциональную обстановку в доме. Добрые, чуткие и отзывчивые дети воспитываются в любящей атмосфере взаимного уважения. А ещё **ребёнок — лучший друг для своих мамы и папы**, и иногда всё, что им нужно для правильного воспитания — помнить и не терять эту ценность.