**Непослушный ребёнок: кто виноват и что делать?**

 Капризные, истеричные и непослушные дети — это далеко не мило. И если в 2 года надутые губки и приказной тон могут восприниматься как шарм и обаяние, то в 4 и 5 лет, когда это входит в привычку, такое поведение начинает раздражать всех окружающих.

Почему эта проблема так важна?

Во-первых, детское непослушание портит личность самого ребёнка. У него стираются границы дозволенного, он не умеет вести себя в обществе. Это приводит к асоциальному и деструктивному поведению. В будущем это чревато одиночеством, изолированностью, аутизмом и прочими серьёзными последствиями.

Во-вторых, это вызывает нервные расстройства у родителей и провоцирует внутрисемейные конфликты. Когда оказывается, что прелестный капризный шалун вырос в непослушного и неуправляемого ребёнка, мать и отец нередко стараются сбросить с себя ответственность за собственные упущения в его воспитании и взвалить её друг на друга.

В-третьих, это приводит к социальным конфликтам: ребёнка — с его ровесниками, родителями, воспитателями и учителями; родителей — с ребёнком и теми взрослыми, которые сталкиваются с его непослушанием. Правила пребывания в детском саду и школе предполагают соблюдение определённых общественных норм в поведении, которые в данном случае попираются и приводят к негативным последствиям.

Если копать глубже, непослушные детки — проблема гораздо более масштабная, чем может показаться. Согласно статистике, именно из них вырастают члены неформальных группировок, аутисты, суицидники и преступники. Причина их асоциального и девиантного поведения в неприятии правил и законов общества, которое корнями уходит в детство.

Именно поэтому так важно своевременно увидеть проблему и как можно скорее решить.

**Причины детского непослушания**

Самые частые причины — ошибки в воспитании, которые вольно или невольно совершают родители. Вторые по распространённости — физиологические особенности, когда всему виной становятся неврологические и психологические проблемы. И, наконец, оно может быть обусловлено возрастными кризисами и становлением личности.

Ошибки в воспитании

**Ошибка 1. Недостаток воспитания**

Родители по каким-то причинам не хотят или не могут заставить ребёнка контролировать своё поведение. Часто они списывают непослушание на кризис, личностные качества, наследственность — на что угодно, лишь бы снять ответственность с себя и не тратить силы и нервы. Самая популярная отговорка: «В этом возрасте современные дети все такие».

**Ошибка 2. Запрет на взросление**

Родители относятся к нему как к маленькому слишком долгое время: сюсюкаются, потакают во всём, балуют, не дают нести ответственность за собственные поступки и принимать самостоятельные решения. Однако уже в 2 года к нему необходимо относиться как к личности со своими потребностями, уважать и прислушиваться к его мнению. Если этого не происходит, и в 5 лет, и в 10 он будет считать себя маленьким и требовать удовлетворять свои капризы, полагая, что все окружающие ему чем-то обязаны.

**Ошибка 3. «Во всем виновато общество»**

Некоторые родители объясняют это дурным влиянием общества: у них могут быть виноваты воспитатели в детском саду, учителя в школе; родственники, с которыми он проводит время; одногруппники, одноклассники, друзья во дворе, соседские дети; и даже телевизор. В этом лишь доля правды. Взрослые должны отсеивать подобное окружение, если оно несёт лишь негатив.

**Ошибка 4. Он — особенный**

Непослушные дети часто воспитываются в типичной обстановке:

* если в семье больше нет детей;
* если на одного ребёнка толпа родственников;
* если он с детства обладает незаурядными способностями;
* если он поздний и долгожданный.

В результате этих ситуаций он становится центром Вселенной, его особенность и отличия от остальных слишком преувеличиваются взрослыми. Соответственно, он требует беспрекословного подчинения себе и даже поклонения.

**Ошибка 5. Отсутствие наказания**

Многие «продвинутые» родители считают наказание пережитком прошлого и любят везде говорить о том, что растят ребёнка в полной свободе действий, разрешая ему всё. При таком подходе к воспитанию уже к 5 годам обнаруживаются серьёзные психологические проблемы, потому что не усваиваются ни основные правила существования в обществе, ни запреты на определённые модели поведения, ни сущность слова «нельзя».

**Ошибка 6. Неправильное общение в семье**

Если члены семьи допускают между собой грубости, к кому-то относятся с пренебрежением, не следят за своей речью, ругаются, предъявляют друг к другу завышенные требования, нечего удивляться, что ребёнок будет вести себя точно так же. Для него именно взрослые являются примером.

**Ошибка 7. Комплекс родительской неполноценности (или вины)**

Некоторые родители сами слишком мягкие по характеру и не могут ни к кому относиться с жёсткими требованиями, тем более к своему ребёнку. Или же мать-одиночка, например, чувствует вину перед ним за то, что не смогла обеспечить полноценную семью. Результат — избалованность и непослушание.

**Ошибка 8. Печальный опыт**

Если родители в прошлом потеряли ребёнка, в большинстве случаев второго они окружают гиперопёкой, пытаются оградить от любых волнений и стрессовых ситуаций. Он растёт в изоляции, у него формируется неправильное представление об обществе, он не умеет себя в нём вести.

**Ошибка 9. Неправильная мотивация**

Одна из самых распространённых родительских ошибок. Бесполезно просить ребёнка убраться в комнате только потому, что вы хотите порядка. Мотивация должна быть в его интересах: например, он должен это сделать, чтобы освободить пространство для новой игры или потому что можно пригласить друзей в гости.

Личностные особенности

Дети становятся непослушными, если они:

* чувствуют недостаток родительской любви — так они пытаются привлечь к себе внимание взрослых;
* самоутверждаются как личность;
* мстят за старые обиды;
* ревнуют к членам семьи (к новорождённому, отчиму);
* постоянно сравнивают себя с другими не в свою пользу;
* не хотят быть похожими на остальных;
* обладают слишком низкой или завышенной самооценкой;
* не уважают родителей.

Исправить непослушного ребёнка в данном случае одним только родителям, без помощи профильного специалиста, будет трудно. Проблема сугубо психологическая, поэтому и решать её должен профессионал.

Физиология

* Психические расстройства;
* патологии, перевозбуждение нервной системы;
* неврологические заболевания;
* травмирующие ситуации;
* стрессы;
* гиперактивность.

Если у вас растёт ребёнок, поведением которого вы не можете управлять, необходимо для начала понять причины, почему он такой. Чаще всего родителям трудно объективно Что делать с непослушным ребёнком

Профессиональная помощь

Если ситуация, действительно, запущена, ребёнка следует показать психологу. После собеседования и нескольких занятий, возможно, он перенаправит вас к психотерапевту, чтобы исключить или подтвердить физиологическую природу такого поведения.

Родители часто допускают тотальную ошибку: надеются, что они в состоянии сами перевоспитать собственное чадо. Однако далеко не у всех на это хватает времени и терпения. А ситуация может только усугубляться. Поэтому специалисты рекомендуют не медлить и записываться как можно быстрее на приём к детскому или семейному психологу.

Настройтесь на то, что он будет работать абсолютно со всеми членами семьи, с которыми контактирует ребёнок. Это поможет выяснить, почему он не слушается и устранить ошибки в воспитании.

Препараты

Отдельно следует сказать о медикаментозных препаратах, которые родители решаются давать непослушным деткам, подчас даже не посоветовавшись с врачами. Причина — желание угомонить разбушевавшегося ребёнка, который закатывает прилюдные истерики, всё швыряет, отказывается есть и не ложится спать по времени. Выход из таких ситуаций они видят в том, чтобы дать ему успокоительное или снотворное. Делать этого ни в коем случае нельзя, даже если в инструкции к препарату нет возрастных ограничений, по следующим причинам:

* это даст лишь временный эффект, но не решит проблему;
* любые препараты должны назначаться специалистами, особенно для маленьких пациентов;
* успокоительные и снотворные имеют множество побочных эффектов и влекут за собой ещё большие осложнения для нервной системы, которая у непослушных и так расшатана.

Лекарственные препараты могут быть назначены исключительно по рецепту психолога или психотерапевта.

**Как воспитывать**

Чтобы воспитать непослушного ребёнка, от родителей потребуется много времени, сил и терпения, но эта проблема решаема.

**Станьте ему другом**

Начните с налаживания отношений, научитесь с ним контактировать. Ежедневно выводите его на разговор в спокойном тоне о том, что произошло сегодня (в саду, в школе, на улице, дома, в гостях). Учите его анализировать собственные поступки. Как он думает, почему учительница поставила ему «двойку» за поведение на уроке? Чем теперь для него это обернётся (накажут дома, лишат телефона или сладкого, родители расстроятся). А как этого можно было избежать?.

Доверяйте ему, чаще спрашивайте его совета, учитывайте его мнение — и тогда даже самый непослушный ребёнок растает и будет вас слушать.

**Научитесь бороться с истериками**

Если непослушание проявляется в виде истерик, необходимо выработать стратегию, как к этому относиться, чтобы в будущем их вовсе прекратить. Психологи рекомендуют придерживаться следующей тактики.

1. Если ему 2-3 года, как только начнёт истерить, отвлеките его внимание на что-то другое. Это должно быть эмоционально и неожиданно: «Смотри, смотри, кто в небе полетел! Видишь?». Пока он всматривается в даль, в которой ничего нет, забудет о причине своего каприза, а вы в это время уведёте его от неё подальше.
2. В 4 года такая тактика уже не сработает. Единственный выход — не обращать внимания, потому что именно этого он и добивается.
3. Спустя 2-3 часа после окончания истерики с ним (независимо от возраста) нужно поговорить спокойным голосом о том, что это было плохо, неправильно, что так поступать нельзя и, если в следующий раз это повторится, он будет наказан.
4. При повторе ситуации после окончания истерики назначается наказание с чёткой формулировкой, за что.

Если данная тактика не срабатывает, ребёнка необходимо показать психиатру или психологу, потому что проблема может быть не в воспитании, а в истеричности характера, невралгии и других факторах.

**Создайте кодекс правил**

В правильной семье он негласный и прививается уже с 2 лет. Если момент упущен, и непослушание стало серьёзной проблемой в более позднем возрасте, правила придётся прописывать и озвучивать. Можно сделать это в игровой форме. Например, провозгласить Законы Домашнего Королевства, за нарушение которых следует наказание. Главное, чтобы их было не много.

**Наказывайте**

Один из самых болезненных для родителей и спорных в педагогике вопросов: как наказать непослушного ребёнка? Однозначно не криком, руганью или ремнём. Исключается лишение прогулки (свежий воздух — часть здорового образа жизни), приёма пищи, давно запланированного мероприятия (семейный поход в цирк или зоопарк). Что можно:

* поставить в угол (не более чем на 10 минут);
* лишить сладкого;
* убрать телефон;
* не разрешить играть с любимой игрушкой;
* не рассказывать сказку на ночь.

Нельзя заставлять непослушного ребёнка убираться по дому или выполнять что-то, что он не любит (читать, сидеть с младшей сестрой). Это такие моменты, к которым у него должно быть выработано положительное отношение. Если же вы его так наказываете, у него на всю жизнь может остаться этот поведенческий паттерн: он будет ненавидеть делать уроки, пылесосить, мыть посуду и т. д.

При наказании нужно обязательно проговаривать, в чём его вина, что именно он сделал не так, чтобы он это усвоил и больше не повторял ошибок.

**Обеспечьте физический контакт**

Тактильные ощущения играют в воспитании большую роль. Обнимайте ребёнка, целуйте в щёку, держите за руку, похлопывайте дружески по плечу. Он на физическом уровне должен чувствовать родительскую поддержку. Как показывает практика, предупредить и успокоить любую истерику можно простым психологическим приёмом. Как только чувствуете, что «гроза» неизбежна, опуститесь на корточки или наклонитесь, чтобы ваши глаза были на одном уровне. Не отводя взгляда, скажите ему что-то отвлекающее спокойным голосом. В 75% случаев это срабатывает.

оценитьЭти простые рекомендации родителям помогут справиться с непослушным ребёнком не только в отдельных случаях, но и в целом, изменив систему воспитания и внутрисемейных отношений.

Профилактика

Чтобы ребёнок не вырос непослушным, необходимо начать его воспитывать с самого раннего возраста (1,5-2 лет).

1. Научить его контролировать собственное поведение. Для этого он должен понимать, что он сделал хорошо, а что плохо. Должен усвоить слова «нельзя», «нет», «не надо».
2. Воспринимать его как взрослого человека. Позволять совершать ошибки и учиться на них. Дать ему относительную свободу — с той целью, чтобы он научился нести ответственность за собственные поступки.
3. Отсеивать дурное влияние со стороны, ограничить общение с теми, кто заставляет его быть непослушным. Это может быть пример соседского задиристого мальчика или отрицательного персонажа из мультсериала. Нередко этому невольно способствует всеобъемлющая любовь бабушек.
4. Не делать его центром Вселенной.
5. Растить в системе поощрений и наказаний (не телесных, конечно). Сделал хорошо — похвалили, нарушил запрет — придётся чем-то пожертвовать (лишиться сладкого, телефона или любимой игрушки).
6. Не подавать дурной пример, при нём всегда уважительно относиться к другим людям, будь то член семьи или случайный прохожий на улице.
7. Чтобы воспитать его, не обязательно быть жёсткими. Это не синоним требовательности. Правила и запреты нужно доносить спокойным голосом и без насилия.
8. Ежедневно разговаривать с ним, обсуждать, что произошло сегодня, что хорошего и не очень он сделал за день.
9. Не бояться проявлять любовь и заботу, уделять ему достаточно времени, но в то же время предоставить и личностное пространство.

Чем раньше родители займутся воспитанием, тем меньше проблем у них потом возникнет. И помните: самые непослушные дети вырастают в неблагополучных семьях, где отношения между взрослыми и сама атмосфера оставляют желать лучшего.

.

Подготовила воспитатель Шарапова Е.А.