

Плохое поведение ребенка



Плохое поведение ребенка можно объяснить одной из четырех причин: привлечением внимания, достижением власти, мстью и демонстрацией неспособности.

Когда ребенок чувствует нехватку родительской любви, первым делом он пытается привлечь к себе внимание родителей. Если это не удастся позитивными способами, вроде, «Пап, посмотри, что я нарисовал!», то ребенок пытается достичь внимания капризами, плохим поведением, упрямством и непослушанием. Если это помогает и родители действительно начинают уделять ребенку больше внимания, например, делать с ним уроки, помогать делать то, что не получается, или даже ругать его, то цель бывает достигнута, и такой способ привлечения внимания закрепляется и используется ребенком дальше.

Как можно распознать, что причиной плохого поведения ребенка является именно привлечение внимания? Понаблюдайте за своей реакцией: если обычно вы проводите с ребенком мало времени, занимаясь с ним чем-то интересным, но при его плохом поведении все ваши мысли становятся о нем, и вы начинаете проводить с ним больше времени, то, возможно, именно этого он и хотел добиться.

Конечно, не стоит игнорировать то, что ребенку не хватает вашего внимания. Нужно пересмотреть свой график занятости или запланировать регулярное совместное время с ребенком, когда вы вместе будете делать то, что ему интересно. Однако не стоит увеличивать количество своего внимания сразу после плохого поведения ребенка.

Если ребенку не удастся привлечь внимание родителей даже с помощью плохого поведения, он начинает стараться добиться больше власти в семье, потому что делает вывод, что именно наличие власти делает родителей значимыми и заметными для других.

Эту причину плохого поведения можно распознать по ощущению родительского бессилия, когда вы чувствуете, что не в силах заставить ребенка что-то делать. Естественная родительская реакция – доказать ребенку, что они могут заставить его сделать, что угодно. Это борьба за власть выматывает больше всего родителя, так как он ощущает долг хорошо заботиться о ребенке, а ребенок лишен чувства вины по поводу каких-либо обязательств.

В этом случае разумнее всего прекратить борьбу за власть, приняв для себя существование личного пространства ребенка. Следует разрешать ребенку самому принимать решение в тех вопросах, последствия которых будет ощущать он сам,

например, разрешать ему одеваться в ту одежду, что он выбирает сам (ориентируясь на погоду, конечно).

Ребенок обнаружит, что вы перестали бороться с ним во многих вопросах и почувствует растерянность, так как прежняя программа поведения уже не работает. При этом стоит, опять же, начать проводить с ребенком больше времени в приятных и интересных для него занятиях. Позитивные эмоции, разделенные со взрослым, насытят ребенка необходимым вниманием, и он перестанет плохо себя вести.

Когда ни привлечение внимания, ни попытки захватить власть не дают ребенку больше родительского внимания, он начинается злиться и мстить родителям, то есть делать действия, которые причиняют им боль и заставляют злиться. Если действия ребенка сильно злят вас, то, скорее всего, речь идет о том, что он мстит вам за что-то.

Обычная реакция родителей – сделать ребенку больно в ответ: отшлепать, накричать, лишить компьютера или выбросить любимую вещь. Тут стоит учитывать, что когда вы причиняете ребенку боль в ответ, это только больше злит его, и он будет продолжать искать способы вас рассердить.

Иногда кажется странным, почему ребенок, добивающийся любви, не прекращает делать то, что злит взрослых. Дело в том, что ребенку жизненно необходимо внимание взрослых, и если он не получает позитивного внимания и проявлений любви, то негативное внимание, выраженное в ругани и подзатыльниках – это лучше, чем ничего. Вот почему реакция взрослых на месть лучше для ребенка, чем их постоянная погруженность в свои дела и игнорирование его поведения. Но, конечно же, такое поведение ребенок перенесет в свою взрослую жизнь, и его собственная семейная жизнь вряд ли сложится удачно.

Если ребенок мстит вам, стоит удержаться от ответной мести. Если вам нужно остыть, уйдите в другую комнату, подышите, придите в себя. Помогает подумать о том, на что он мог рассердиться. Может быть, вы относитесь к подростку, как к маленькому ребенку и чрезмерно его опекаете, а может быть, вы не замечаете, как его обижает ваша критика.

К сожалению, дети почти никогда не могут сами сказать, что их рассердило, но если вы не можете догадаться, то совместный прием у семейного психолога поможет понять вам, какие ваши действия злят и раздражают ребенка. Плохое поведение ребенка в виде мести прекратится, когда вы перестанете делать то, что его злит. Если же вы пытаетесь сделать ему больнее, чем он сделал вам, то это приведет лишь к эскалации конфликта. Согласитесь с ребенком в том, что вы не можете заставить его что-то сделать, но что вы были бы благодарны ему, если бы он помог вам. Уделяйте ребенку только позитивное внимание, хвалите его, когда он ведет себя хорошо или помогает вам в чем-то.

Когда никакие действия ребенка не приводят его к успеху или когда родители слишком авторитарны и подавляют плохое поведение в зародыше, ребенок начинает демонстрировать пассивность и неспособность ни с чем справиться. Обычно в таких случаях родители жалуются на то, что ребенок ничем не интересуется, что он безынициативен и стеснителен.

В таких случаях помогает выяснить, чем ребенку было бы интересно заниматься с вами совместно, и регулярно проводить с ним время в приятных для него занятиях. Стоит перестать одергивать и контролировать ребенка, больше замечать его успехи и хвалить

его в том, с чем он справляется. Через какое-то время вы увидите, что ребенок воспрял духом и стал более уверен в себе и активен.

Если вам сложно определить причину плохого поведения ребенка, то вы можете обратиться вместе с ребенком к семейному или детскому психологу, чтобы он помог вам справиться с проблемой.