

Почему ребёнок не слушается?

Чаще всего, родители считают, что ребёнок должен быть послушным, сидеть тихо, стоять смирно, уметь ждать и молчать. А это очень сложно в его дошкольном возрасте. Ему хочется двигаться, исследовать мир вокруг себя и делиться своими открытиями.



Родители думают, что ребёнок должен понимать, что мама занята важным делом и её не нужно трогать. А ребёнок всё равно просит с ним поиграть или задаёт кучу вопросов, отвлекая вас. Это происходит потому, что в этом возрасте он не способен долгое время играть и заниматься самостоятельно, без вас. Ребёнку сложно контролировать себя и удерживаться от того, чтобы к вам не подходить, он пока еще не может выполнить это в силу своих возрастных особенностей. Поэтому он подходит к вам снова и снова. А вас это раздражает, и вы думаете, что ребёнок не слушается. Это может быть **первой причиной непослушания**. Его неспособность «тихо сидеть и ждать» родители воспринимают как непослушание. А на самом деле – он просто пока ещё не может контролировать своё поведение и свои желания. Всему этому он только учится.

Вместо строгих требований соблюдения тишины, попробуйте лучше что – то вместе поделывать, чем – то его увлечь: почитать ему, можно вместе посмотреть картинки в книге/журнале, посчитать предметы вокруг или поиграть, кто больше увидит предметов определенного цвета, оживить кисть своей руки и поговорить с ребенком от ее имени, порисовать вместе, вместе поделывать то, что ему интересно, предложить поиграть в мышек, которые тихо себя ведут.



Ну а если вам совсем некогда, тогда вы можете дать ему какое – нибудь задание, которое он может делать рядом с вами. – Попросить вас удивить и построить высокую башню, красивый дом. – Привлечь к тому, что вы делаете, чтобы он вам помогал. – Включить ребёнку аудиосказки. – Начать играть вместе и дать задание что-то доделать самому. – Начать рисовать вместе и попросить дорисовать и показать вам и т.д.

Если Вы выключаете мультики, а ребёнок начинает горько плакать, то Вам кажется, что он не должен так реагировать: «Мы же договаривались с тобой». А ему сложно справиться со своим расстройством. Его реакция недовольства вполне

естественна. Дети до определенного возраста не умеют управлять своими эмоциями. Это не значит, что вы должны «идти на поводу» и снова включить мультики. Но и ругать, стыдить, а тем более наказывать ребёнка за его реакцию и бурное проявление чувств – не нужно. Заранее договоритесь с ним, сколько мультфильмов можно будет посмотреть. Заранее предупредите, что это будет последний мультик. Проявите сочувствие: «Я понимаю, ты расстроился, тебе хочется смотреть еще». Переключите внимание: «Давай мы с тобой...». Не заряжайтесь негативными эмоциями от ребёнка, сохраняйте спокойствие: «Когда ты закончишь плакать, приходи и мы с тобой поиграем вместе». Дайте ребёнку возможность выразить своё недовольство. Главное, чтобы его недовольство не приводило к тому, что вы снова включаете мультики. Все приведённые выше примеры – это не детское непослушание, а возрастные особенности ребёнка. Задача родителей – чтобы ваш ребенок слушался, научитесь лучше понимать его, и чаще задавайте себе вопрос: «А умеет ли мой ребёнок делать то, что я от него хочу?». Если ребёнку что-то нельзя, обязательно объясните почему. Не жалейте времени на объяснения. Чаще договаривайтесь с ним, идите навстречу там, где это возможно, помогайте в том, что у него пока получается. Отказывайтесь мягко и доброжелательно. А там, где можно – предлагайте ему альтернативу. Сочувствуйте ребёнку, принимайте его чувства, приласкайте, успокойте, переключите его внимание на что-то другое.



- Я хочу чувствовать себя значимым и ВАЖНЫМ! Вторая причина непослушания – это желание ребёнка показать взрослым, какой он значимый и важный, показать своё «Я» и проявить «Личную силу». Вот как можно озвучить эту потребность ребенка: – Я хочу чувствовать, что могу на что-то ВЛИЯТЬ. – Мне важно иметь какой-то КОНТРОЛЬ над тем, что происходит. – Я хочу чувствовать себя значимым и ВАЖНЫМ. Ребёнок всё детство должен слушаться и делать то, что ему говорят. А взрослые его постоянно корректируют, поправляют, критикуют, требуют, воспитывают и учат. При этом у него есть своя воля, свой характер, желания, свои мысли и чувства. Если в жизни ребёнка нет или очень мало места для проявления воли – он начинает испытывать дефицит «Личной Силы». При этом он перестаёт слушаться родителей, начинает спорить и упрямится, чтобы показать, что он тоже личность и что он может на что-то влиять. Чтобы помочь ребёнку быть послушным, позвольте ему с помощью нижеперечисленных рекомендаций почувствовать свою «Личную Силу». Тогда ему не потребуется постоянно самоутверждаться и спорить по каждому поводу и упрямиться. Позволяйте ему самому принимать решения, где это возможно и безопасно. Предлагайте ему выбор, чтобы ребёнок чувствовал, что сам принял решение. Почаще спрашивайте его мнение о разных вещах и внимательно слушайте, что он отвечает.

Советуйтесь с ребёнком по поводу домашних дел и семейных планов. Если он с чем-то не согласен – не давите на него своим авторитетом, а обсудите это: спросите его мнение и объясните свою точку зрения, предложите варианты решения. Просите ребёнка помочь в том, в чём вы не очень хорошо разбираетесь. Привлекайте к помощи по дому и хвалите за вклад в семейные дела. Поддерживайте его начинания. Поощряйте самостоятельность. Относитесь с уважением к тому, что думает и говорит ребёнок, даже если вы с ним не согласны. Уважайте его личное пространство .

Говорите ребёнку: «Ты сможешь», «У тебя получится», «Ты это умеешь», «Я в тебе верю» и т.д. Такое отношение со стороны родителей показывает их мудрость и помогает ребёнку почувствовать, что он значимый и важный и может влиять на обстоятельства, что у него есть право голоса и его уважают. Чувствуя Личную Силу, у ребёнка пропадает необходимость самоутверждаться, спорить и упрямится по любому поводу. Он становится послушным и покладистым, а вы – спокойными и счастливыми родителями.



Любите своих детей, проявляйте внимание и заботу – и в вашей семье все будет хорошо!

Материал взят с сайта ipsyholog.ru

Статью подготовила педагог – психолог Подшибаева Елена Николаевна