

Если ребёнок плохо себя ведёт...

Возможные причины негативного поведения. Как выявить причины плохого поведения ребёнка. Что могут делать родители, чтобы предупредить негативное поведение детей.

Взрослым очень не нравится, когда ребёнок не слушается, делает всё по-своему: не собирает игрушки, шумит, ругается... ***Попробуем разобраться в причинах плохого поведения детей.*** Психологи выделили ***четыре основных причины плохого поведения:***

1. Борьба за внимание.
2. Борьба за самоутверждение (в том числе против чрезмерной родительской власти и опеки).
3. Желание отомстить («Вы мне сделали плохо – пусть и вам будет плохо!»).
4. Потеря веры в собственный успех.

Кроме того, причинами плохого поведения ребёнка могут стать: неважное самочувствие, трудности в отношениях со сверстниками в детском саду, проблемы адаптации.

Выявить основную причину плохого поведения довольно просто, хотя способ может показаться несколько парадоксальным: нужно обратить внимание на собственные чувства!

1. Ребёнок борется за внимание, то и дело, досажая своим непослушанием и выходками, - у взрослого часто появляется чувство раздражения.
2. Если причина стойкого непослушания – противостояние возле взрослого, то у последнего может возникнуть эмоция гнева.
3. Если скрытая причина – месть, то ответное чувство – обида.
4. При переживании ребёнком чувства собственного неблагополучия у взрослого в свою очередь возникает чувство безнадежности или отчаяния, иногда – чувство вины.

Чтобы не допустить плохого поведения, взрослые должны:

- Быть внимательным к чувствам и интересам ребёнка (уметь не просто слушать, но и слышать, найти возможности для совместной игровой деятельности);
- Учиться контролировать свои эмоции;
- Стараться поощрять любые попытки ребёнка самостоятельно контролировать свои эмоции;
- Показать, что ребёнок успешен во многих делах;
- Размышлять и взвешенно подходить к системе поощрений и наказаний в отношении ребёнка.
- Поддержка ребёнка – словами и улыбкой!

Правила, помогающие поддерживать бесконфликтную дисциплину.

1. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребёнка (используйте пиктограммы!).
2. Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть много, они должны быть адекватными и понятными.

3. Требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка (шумная игра, двигательная активность, рисование и т.д.).
4. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы всеми взрослыми между собой.
5. Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть убедительным, но спокойным.
6. Нельзя наказывать ребёнка, используя ругань и физические наказания. Наказать ребёнка (если это действительно необходимо) следует, лишив какого-либо поощрения.

Что же делать в ситуации, если ребёнок начал плохо себя вести?

- **Постараться не реагировать привычным образом, то есть так, как ждёт от вас ребёнок.**
- **Стараться контролировать свои эмоции** от действий, которыми он выражает своё плохое поведение.
- Если ребёнок очень сильно «завёлся», **не надо ему читать нотаций**, он не услышит их, а по возможности дать ему успокоиться самому, переждать его «кризис».
- Если ребёнок «разрушается» совсем, то **необходимо изолировать его на время**, обеспечив ему, покой и безопасность (используйте тайм-аут, то есть чётко ограничьте время и пространство!)

Соблюдение правил не гарантирует дисциплину в первый же день. Путь предстоит долгий и трудный. Главное, мы, взрослые, должны переключить свои отрицательные эмоции на конструктивные действия.

Уважаемые родители! **Ребёнок нуждается в вашей поддержке и понимании. Вы можете поддержать его посредством:**

- Отдельных слов («красиво», «аккуратно», «прекрасно», «здорово»...);
- Высказываний («Я горжусь тобой», «Мне нравится, как ты работаешь», «Это действительно прогресс», «Я рада твоей помощи», «Всё идёт прекрасно», «Я рада, что ты в этом участвовал(а)», «Я рада, что ты попробовал(а) это сделать, пусть даже не всё получилось так, как ты ожидал(а)»);
- Прикосновений (потрепать по плечу, дотронуться до руки, обнять ребёнка и т.д.);
- Совместных действий, физического участия (во время труда и отдыха);
- Выражения лица (улыбка, подмигивание, кивок, смех).

В каком-то смысле придётся менять себя. Иногда попытка улучшить взаимоотношения с ребёнком может усилить плохое поведение (на время) это испытание необходимо выдержать!

Литература.

1. Иванников В.А. «Психология сегодня». – М.: Знание, 1981.
2. Спиваковская А.С. «Популярная психология для родителей».: 2-е изд., СПб.: Союз, 1997.
3. Островская Л.Ф. «Педагогические знания – родителям».- М.:Просвещение,1983.

4.