С проблемой непослушания рано или поздно сталкиваются все родители.

От того, какой будет реакция взрослого на озорство малыша,

во многом зависят их взаимоотношения в будущем

**УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО**

*7 причин плохого поведения*

Отношение родителей к ребенку ме­няется с течением времени. Во вре­мена наших прабабушек, когда де­тей в семье было много, с ними особенно не церемонились. Глава семейства требо­вал послушания и порядка. За шалости и провинности ребятишек наказывали роз­гами и ставили коленями на горох. Сегод­ня положение ребенка в семье изменилось кардинально — он стал главной ценностью, центром внимания. Мамы и папы старают­ся дать детям все самое лучшее, вклады­вают в них все свои силы, помогают рас­крыться, дают свободу выбора и уважают малыша как личность. Но в современной семье изменилось и отношение к авторите­ту взрослого. Если раньше от ребенка тре­бовалось беспрекословное подчинение ре­шению родителей, то теперь мамы и папы рассматриваются как партнеры, ведущие кроху за руку по дороге жизни. Как же со­вместить свободу и послушание? Давай­те разберемся в причинах, из-за которых часто возникает недопонимание между взрослыми и детьми, и научимся воспи­тывать маленьких непосед.

**1. НЕДОСТАТОК ВНИМАНИЯ.** Работа, ведение домашнего хозяйства, усталость, бе­шеный ритм жизни отнимают огромное количество времени и сил. В результате мы обращаем внимание на ребенка только тогда, когда появляется „проблема” — ма­лыш подрался, нагрубил, некрасиво повел себя. Да, чтобы хоть как-то восполнить не­достаток внимания, он провоцирует роди­телей на раздражение.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Старайтесь уделять крохе больше внимания. Это несложно!

• Чаще смотрите на малыша любящим, восхищенным взглядом.

• Говорите ребенку о своих чувствах — как вы скучаете без него, любите его.

• Восполняйте недостаток телесных ощу­щений — обнимайте, целуйте кроху, ду­рачьтесь вместе с детьми.

• Находите время, чтобы побыть с ребен­ком наедине: почитать, обсудить прошед­ший день, посекретничать, поболтать.

**2. ПОПЫТКА САМОУТВЕРДИТЬСЯ.** По мере роста и развития каждый человек переживает возрастные кризисы, во время которых он утверждается как личность. Даже малыши учатся отстаивать свои ин­тересы и выражать протест (и даже бунт!) против родительского авторитета.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Наберитесь терпения и не ре­агируйте на капризы, крик, слезы. Ведите себя так, будто ничего особенного не про­исходит. Тогда бунтарь быстро поймет, что такими действиями вас не проймешь. Если же вы начнете уговаривать, уступать, будь­те уверены, что подобное поведение повто­рится. Когда ребенок успокоится, обяза­тельно поговорите с ним.

**3**. **НЕУМЕНИЕ ДОГОВАРИВАТЬСЯ.** В ситуации, когда нам неудобно за своего ребенка или когда мы недовольны им, мы часто вы­плескиваем на него негативные эмоции. Эта реакция возвращается к нам в виде детской агрессии.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Используйте активное слу­шание. Дайте ребенку выговориться, по­старайтесь понять и принять его точку зрения. Затем спокойно разберите ситу­ацию, используя „я-сообщения”. Это зна­чит, что в разговоре нужно говорить о том, что вы чувствуете. Вместо „ТЫ ужасно себя ведешь” скажите „МНЕ неприятно. „Я расстроена”. Обязательно спросите, что чувствует ваш малыш. Тем самым вы помо­жете ему освободиться от негатива. Объ­ясните, чем именно недовольны. Ино­гда ребенку просто непонятно, из-за чего сердится мама. Предложите крохе самому найти выход из ситуации („Что будем де­лать?”). Не давите на него и не ставьте ус­ловия, иначе в следующий раз откровен­ного разговора у вас не получится.

**4**. **ОБИДА НА РОДИТЕЛЕЙ.** Если у вашего ре­бенка есть основания всерьез обижать­ся на вас, он тоже может реагировать непослушанием. В случае развода, ревности к младшему братику или сестренки, в дру­гих ситуациях, на которые малыш болез­ненно отзывается, у него накапливаются обида и раздражение, с которыми он не в силах справиться самостоятельно. Как результат — выплеск эмоций и упрямство.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Поговорите с ребенком о его чувствах и исправьте ситуацию. В случае развода кроха должен знать, что он все так же нужен и любим. Причина в ревности? Привлекайте старшенького к уходу за ма­лышами. Обязательно проговаривайте, что без такого помощника вам было бы гораз­до сложнее справляться.

**5**. **ОТСУТСТВИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ.** Если сегодня вы что-то запретили, а завтра под влиянием хорошего настроения отме­нили свое решение, не ждите, что малыш будет выполнять ваши требования.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Последовательность слов и действий очень важна в воспитании. Если запрет установлен, соблюдайте его, будьте верны своему слову и решению.

**6**. **НЕВЕРНЫЙ СТИЛЬ ОТНОШЕНИЙ.** Все мы очень любим своих детей. Но в лю­бых детско-родительских отношениях на­ступает момент, когда бывает необходимо сказать „нет", „нельзя”, „стоп". Ребенок безо­бразничает и не слушается. Как правиль­но реагировать? Одни стараются догово­риться, другие давят авторитетом, третьи наказывают. От того, какой способ взаимо­действия с ребенком выберет взрослый, бу­дет зависеть дальнейшее поведение крохи.

**• УГРОЗЫ.** Бесконечное запугивание приво­дит к возникновению страхов и отсутствию чувства защищенности. Ребенок может вы­расти безвольным и инфантильным.

**• ШАНТАЖ.** „Если ты... то я..." Шантажируя кроху, мы утрачиваем его доверие. Пси­хологическое давление на слабые места приучают его действовать тем же спосо­бом по отношению к другим людям.

**• ЗАДАБРИВАНИЕ.** Родители против исполь­зования силы, поэтому прибегают к задабриванию, чтобы добиться своего. Такая реакция порождает желание торговаться.

**• УГОВОРЫ.** Ребенок быстро привыкает к тому, что его постоянно упрашивают, и начинает пользоваться этим.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Старайтесь соблюдать баланс между авторитетом и демократией. Ищи­те золотую середину.

**7**. **БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ЗАПРЕТОВ.** Если ре­бенка окружают сплошные ограниче­ния и запреты, он рано или поздно пере­станет на них реагировать. А в его душе поселится протест по отношению к вам.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Объясняйте, почему вы запрещаете что-либо. Когда малыш знает причи­ну вашего отказа, ему легче его воспринять. Чтобы было еще проще, чередуйте запреты с разрешением: „Этого брать нельзя, пото­му что... А вот это можно”.

**РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ**

*Как вести себя в ситуации, когда ребенок наотрез отказывает­ся выполнить разумное требование? Алгоритм действий прост!*

**• Выдохните и про себя сосчитайте до десяти.** Это позволит успокоить­ся и не дать эмоциям взять верх над вами, накричать на малыша.

**• Займите позицию „глаза в глаза”.** Это значит, что ваши с ребенком глаза должны быть на одном уровне, когда вы договариваетесь о чем-то. Так ему легче воспринимать информацию, которую вы желаете до него донести.

**•**  **Используйте «я-сообщения»**  Расскажите о своих переживаниях. Это на­учит кроху анализировать свои эмоции и уважать чувства других людей.

**• Четко сформулируйте требование.** Если ваша просьба очень объемная или расплывчатая, малышу просто не под силу ее выполнить. Поделите ее на части! Вместо того чтобы требовать убрать в комнате, попросите разобрать вещи на нижней полке шкафа. Затем можно будет попросить сделать еще что-то.

**• Не забудьте похвалить ребенка.** Любой человек ждет, что его поступки, решения будут замечены и одобрены. И ваш малыш не исключение.

**• Помните, дети копируют наши поступки, стиль** **поведения.** Поэтому старайтесь быть достойным примером для своего ребенка.