Тема: «Модель поведения»

Иногда дети ведут себя ужасно: не слушаются родителей, спорят с ними и грубо отвечают на любое замечание, обижают своих сверстников на детской площадке, забирают вещи. Родителям приходится нелегко, когда их дети ведут себя подобным образом. Рассмотрим наиболее распространенные проблемы в поведении ребенка, и попытаемся выяснить, как их распознать и как с ними справиться.

**Какое поведение считается нормальным?**

Четкого определения «нормального» поведения не существует. Оно зависит от возраста ребенка, его характера, эмоционального развития и окружения, в котором он воспитывается.

В целом, нормальным можно считать поведение, допустимое для данного возраста, уровня развития в обществе и культуры. Даже если поведение не соответствует ожиданиям социума или культуры, его можно считать нормальным при условии, что оно нормально для соответствующего возраста и не приносит вреда окружающим.

**Что говорит об отклонении от нормы**

Если ребенок иногда впадает в [истерику](https://childdevelop.ru/articles/upbring/1244/), [спорит](https://childdevelop.ru/articles/upbring/3117/) или кричит – это нормально. Но если такое поведение проявляется ежедневно – у родителей есть повод для беспокойства. Обратите внимание на следующие признаки, свидетельствующие о проблемах в поведении:

* Ребенку трудно справляться со своими эмоциями. У него случаются эмоциональные вспышки по мельчайшему поводу.
* Ребенок становится импульсивным. Он может ломать или разбрасывать вещи, кричать или проявлять деструктивное поведение другими способами.
* Общительный ребенок вдруг замыкается в себе, пререкается и становится грубым без явной на то причины.
* Ребенок часто [лжет](https://childdevelop.ru/articles/upbring/4/), ворует или забирает вещи, которые ему не принадлежат.
* Плохое поведение в школе: [драки](https://childdevelop.ru/articles/conflict/2883/), опоздания и прогулы.
* Учащаются ссоры и [конфликты](https://childdevelop.ru/articles/conflict/741/) со сверстниками, что влияет на его социальную жизнь.
* Он не может сконцентрироваться на чем-либо, становится беспокойным, ленивым или рассеянным.
* Сексуальное поведение ребенка не соответствует его возрасту.
* Он оспаривает все ваши указания, нарушает установленные правила просто для того, чтобы позлить вас.
* Ребенок наносит себе увечья или задумывается об этом. Высказывает мысли о самоубийстве.

С незначительными проявлениями подобного поведения можно справиться, изменив стиль воспитания или воспользовавшись помощью психолога. Но существует ряд проблем в поведении, справиться с которыми не так просто. Рассмотрим их подробнее.

**Распространенные проблемы с поведением ребенка**

Дети часто нарушают правила и бунтуют против общепринятых норм для того, чтобы посмотреть на реакцию окружающих. Так они узнают, какое поведение допустимо, а какое – нет. Для этого они используют следующие модели поведения.

**Неуважение и дерзость**

Когда ваша трехлетняя дочь дерзит вам – это может показаться смешным. Когда дочери уже 7 лет, на все ваши просьбы она говорит «нет» и переходит на крик – это начинает раздражать. Если не взять ситуацию под контроль, такое поведение может привести к постоянным спорам между родителями и ребенком. Как поступать в таких случаях.

* Ребенок пререкается, но подчиняется вашим указаниям? Тогда не обращайте внимания на такое поведение. Игнорирование плохого поведения может быть довольно эффективной тактикой.
* Если ребенок выполняет ваши просьбы, но при этом пререкается? В этом нет ничего страшного. Объясните ему, что чувствовать злость – нормально, но недопустимо разговаривать с вами неуважительным тоном.
* В случае, когда ответная реакция ребенка угрожает окружающим или ему самому, следует быть внимательным к тому, что он говорит, и держать ситуацию под контролем.
* Не реагируйте импульсивно. Дайте ребенку успокоиться и только после этого спокойно поговорите с ним. Объясните, какое поведение допустимо, а какое – нет.
* [Установите границы](https://childdevelop.ru/articles/upbring/2218/) и объясните, что за плохое поведение ребенок понесет наказание. Не угрожайте, просто констатируйте факт, что в случае плохого поведения он не пойдет в кино или не получит мороженое.
* Озвучьте свои ожидания по поводу желаемого поведения.
* Подумайте о том, как вы ведете себя с ребенком или с другими людьми в его присутствии. Вы проявляете грубость или неуважение? В случае положительного ответа – подкорректируйте свое поведение.

**Сквернословие**

Испытывая злость, дети повышают голос и кричат. Если ребенок начинает сквернословить еще до того, как ему исполнилось 10 лет – это серьезный повод для беспокойства. Обычно дети кричат или ругаются, чтобы затеять спор с родителями или просто настоять на своем. В таком случае придерживайтесь следующих рекомендаций:

* Убедитесь, что вы сами не используете бранную речь в присутствии детей.
* Не допускайте сквернословия дома.
* Четко объясните, что за подобное поведение его ждет наказание, и всегда придерживайтесь этой договоренности.
* Если сквернословит ребенок младшего возраста – немедленно сделайте ему замечание. Объясните, что это плохое слово и люди не любят тех, кто его употребляет.

Вы по неосторожности употребили подобное слово в присутствии ребенка? Тогда немедленно извинитесь. Можно даже попросить ребенка напоминать вам, что это плохое слово, каждый раз, когда вы его произнесете.

**Агрессивное или жестокое поведение**

Испытывать злость – нормально для ребенка, да и для взрослого человека. Когда злость переходит в жестокое или [агрессивное поведение](https://childdevelop.ru/articles/conflict/27/) – это свидетельствует об эмоциональных проблемах. Перепады настроения, расстройства поведения, травмы, импульсивность или фрустрации могут вызвать агрессию у ребенка. Иногда он может использовать агрессию в целях самозащиты.

Ребенок [учится агрессивному поведению](https://childdevelop.ru/articles/conflict/246/). Задумайтесь, какая эмоциональная обстановка окружает его дома.

* Простейший способ отвечать на агрессивное поведение ребенка – накричать на него в ответ. Но этим вы покажете ребенку плохой пример. Дети учатся справляться со своими импульсами и эмоциями у своих родителей. Поэтому, вместо того, чтобы повышать голос, успокойтесь и успокойте ребенка;
* Сопереживайте ребенку, принимайте его чувства, но объясните ему, что драться или кусаться недопустимо. Скажите: «Я понимаю, что ты злишься. Но драться и кусаться нельзя. Ни в коем случае!»
* Объясните ребенку, что в случае агрессивного поведения он будет наказан. Предложите ему альтернативный вариант. Например, научите его использовать фразы «Я злюсь», «Мне это не нравится» вместо проявлений жестокости.

Показывайте ребенку хороший пример адекватного поведения и не применяйте физического наказания. Также поощряйте позитивное, неагрессивное поведение ребенка.

**Ложь**

Дети часто говорят неправду. Родители беспокоятся, уличая ребенка во лжи. Вы можете чувствовать себя преданными, уязвленными и даже сомневаться, сможете ли вы в будущем доверять малышу. Чтобы предотвратить ложь, придерживайтесь следующих советов:

* Не воспринимайте ложь как знак личного неуважения. Посмотрите на ситуацию с точки зрения ребенка и постарайтесь понять, что заставило его сказать неправду.
* Дети могут говорить неправду из-за страха, что за правду их накажут. Хвалите малыша за хорошее поведение. Так у него не будет необходимости говорить неправду.
* Учите ребенка быть честным с другими на своем примере.
* Установите наказание за ложь. Такая мера не должна обсуждаться с ребенком.

**Буллинг**

[Буллинг](https://childdevelop.ru/articles/conflict/746/) – серьезная проблема, которая может приводить к эмоциональному и физическому насилию над жертвой. Дети используют буллинг, чтобы почувствовать собственную силу. Кроме того, таким способом дети решают свои социальные проблемы. Когда они не могут справиться со своими эмоциями, они прибегают к буллингу. Если вы обнаружили, что ваш ребенок замешан в этом, действуйте незамедлительно.

* С ранних лет учите ребенка тому, что издеваться над другими – это плохо. Объясните, чем плох буллинг, кто такие хулиганы, приведите ребенку примеры. Например, вы можете сказать: «Хулиган – это человек, который обзывает других людей, издевается над ними или силой забирает их вещи».
* Как можно раньше устанавливайте правила в доме. Скажите ребенку: «У нас дома издевательства над другими недопустимы» или «Издевательство над другими не сойдет тебе с рук».
* Следите за поведением ваших детей. Если вы заметите, что старшие издеваются над младшими, немедленно пресекайте такое поведение.

**Манипуляции**

Родителям чрезвычайно сложно бороться с манипулятивным поведением. Дети часто ведут себя импульсивно, лгут или плачут, чтобы получить то, что они хотят. Если вы смотрите сквозь пальцы на плохое поведение ребенка, он понимает, что ему позволено так себя вести. Например, если малыш устраивает истерику, требуя конфету, и вы покупаете ему одну – это яркий пример манипуляции.

Говоря простыми словами, ребенок использует манипуляцию для получения власти. Но вы всегда можете сломать эту модель поведения и пресечь попытки манипуляций.

* Будьте готовы к тому, что ребенок будет сопротивляться каждый раз, когда вы скажете ему «нет».
* Дайте понять ребенку, что если вы говорите «нет» – это означает «нет». Объясните ребенку свою позицию, но не оправдывайтесь.
* Не обсуждайте установленные правила. При этом постарайтесь понять позицию ребенка.

**Низкая мотивация и лень**

Иногда может казаться, что ребенка абсолютно ничего не интересует. Ни учеба, ни искусство, ни даже игры. Он отказывается принимать участие абсолютно во всем. [Мотивировать ребенка](https://childdevelop.ru/articles/upbring/2008/) – непростая задача, особенно, если он ленив и всегда находит оправдание своей лени. Если ваш ребенок испытывает трудности с мотивацией, следуйте таким рекомендациям:

* Не показывайте беспокойства по поводу такого поведения. Поступая так, вы можете показаться слишком настойчивым и вызвать сопротивление.
* Рассказывайте ребенку истории из своего детства, чтобы подбодрить его и мотивировать попробовать что-то новое.
* Не заставляйте малыша заниматься чем-либо. Позвольте ему выбрать занятие по душе. Дети охотнее занимаются тем, что они выбрали сами.
* Взгляните на ситуацию со стороны и подумайте, не оказываете ли вы [давления на ребенка](https://childdevelop.ru/articles/psychology/786/). Расспросите, что действительно его мотивирует. Посмотрите на ребенка как на самостоятельную личность и постарайтесь понять его интересы.
* Помогите малышу найти способы самомотивации. Это более эффективный способ, чем мотивация извне.

Иногда справиться с плохим поведением ребенка бывает непросто. В особо сложных случаях обратитесь к психологу.