

Что делать, если мы все перепробовали? Как помочь трудному ребенку?



Непослушных детей, а тем более детей, "отбившихся от рук", принято обвинять. В них ищут злой умысел, порочные гены и т.п. На самом же деле, в число "трудных" обычно попадают дети не "худшие", а особенно **чувствительные** и **ранимые**. Они "сходят с рельсов" под влиянием жизненных нагрузок и трудностей, реагируя на них гораздо раньше и сильнее, чем

дети более устойчивые.

Отсюда следует вывод, что **"трудный" ребенок нуждается только в помощи - и ни в коем случае не в критике и наказаниях.**

Причины стойкого непослушания ребенка следует искать в глубине его психики. Это на поверхности кажется, что он "просто не слушается", "просто не желает понять", а на самом деле причина иная. И, как правило, она эмоциональная, а не рациональная. Больше того, она не осознается ни взрослым, ни самим ребенком.

Психологи выделили четыре основных причины серьезных нарушений поведения детей.

Первая - **борьба за внимание**. Если ребенок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит способ его получить - непослушание. Взрослые так и сыплют замечания... Нельзя сказать, что это уж очень приятно, но внимание все-таки получено. Лучше такое, чем никакого.

Вторая причина - **борьба за самоутверждение** против чрезмерной родительской власти и опеки. Знаменитое требование "я сам" двухлетнего малыша сохраняется в течение всего детства, особенно обостряясь у подростков. Дети очень чувствительны к ущемлению этого стремления. Но им становится особенно трудно, когда с ними общаются, в основном, в форме указаний, замечаний и опасений. Взрослые считают, что так они прививают детям правильные привычки, приучают их к порядку, предупреждают ошибки, вообще - воспитывают.

Это необходимо, но весь вопрос в том, КАК это делать. Если замечания и советы слишком часты, приказы и критика слишком резки, а опасения слишком преувеличены, то ребенок начинает восставать. Воспитатель сталкивается с упрямством, своеволием, действиями наперекор. Смысл такого поведения для ребенка - отстоять право самому решать свои дела, и, вообще, показать, что он личность. И не важно, что его решение подчас не очень удачно, даже ошибочно. Зато оно свое, а это - главное!

Третья причина - **желание отомстить**. Дети часто бывают обижены на взрослых. Причины могут быть очень разные: учительница более внимательна к отличникам, родители более внимательны к младшему, развод родителей, ребенка отлучили от

семьи (положили в больницу, послали к бабушке), родители постоянно ссорятся, учитель постоянно делает несправедливые замечания и т.д.

Много и единичных поводов для обиды: невыполненное обещание, резкое замечание, несправедливое наказание...

И снова в глубине души ребенок переживает и даже страдает, а на поверхности - все те же протесты, непослушание, неуспеваемость. Смысл "плохого" поведения в этом случае можно выразить так: "Вы сделали мне плохо - пусть и вам будет тоже плохо!.."

Наконец, четвертая причина - **потеря веры в собственный успех**. Может случиться, что ребенок переживает свое неблагополучие в какой-то одной области жизни, а неудачи у него возникают совсем в другой. Например, у мальчика могут не сложиться отношения в классе, а следствием будет запущенная учеба; в другом случае неуспехи в школе могут привести к вызывающему поведению дома и т.д.

Подобное "смещение неблагополучия" происходит из-за низкой самооценки ребенка. Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, он, вообще, теряет уверенность в себе. Он приходит к выводу: "Нечего стараться, все равно ничего не получится". Это - в душе, а внешним поведением он показывает: "Мне все равно", "И пусть плохой", "И буду плохой!"

Согласитесь, что стремления трудных детей вполне положительны и закономерны и выражают естественную потребность в тепле и внимании, потребность в признании и уважении его личности, чувство справедливости, желание успеха. Беда "трудных" детей в том, что они, во-первых, остро страдают от нереализации этих потребностей и, во-вторых, от попыток восполнить эту нехватку способами, которые ничего не восполняют.

Почему же они так "неразумны"? Да потому, что **не знают**, как это сделать иначе! И поэтому всякое серьезное нарушение поведения ребенка - это **сигнал о помощи**. Своим поведением он говорит нам: "Мне плохо! Помогите мне!"

Задача понять причину, на первый взгляд, непростая. Ведь разные причины внешне проявляются одинаково. Например, плохая учеба может быть связана и с желанием привлечь внимание, и с нежеланием подчиняться чужой воле, и с попытками "отплатить" родителям, и с потерей веры в свои силы. И все же выявить истинную причину плохого поведения довольно просто, хотя способ может показаться весьма странным - **нужно обратить внимание на собственные чувства**.

Посмотрите, отметьте, какая эмоциональная реакция возникает у вас самих при повторном непослушании ребенка. При разных причинах эта реакция разная. Вот такой удивительный факт, что **переживания взрослых - это своеобразное зеркало скрытой эмоциональной проблемы ребенка**.

Если ребенок борется за внимание, то и дело досаждая своими выходками, то у нас возникает **раздражение**.

Если подоплека - противостояние воле воспитателя, то у последнего возникает **гнев**.

Если скрытая причина - месть, то ответное чувство у нас - **обида**.

Наконец, при глубинном переживании ребенком своего неблагополучия мы оказываемся во власти чувства **безнадежности**, а порой и **отчаяния**.

Как мы видим, чувства разные, и вполне можно понять, какое именно подходит к конкретному случаю. Что же делать дальше?

Первый и общий ответ на него такой - **постараться не реагировать привычным образом, то есть так, как уже ждет от вас ребенок**. Дело в том, что в подобных случаях образуется порочный круг. Чем больше взрослый недоволен, тем больше ребенок убеждается, что его усилия достигли цели, и он возобновляет их с новой энергией. Значит, наша задача - перестать реагировать прежними способами и тем самым разорвать заколдованный круг.

Конечно, сделать это нелегко. Эмоциям не прикажешь, они включаются почти автоматически, особенно когда конфликты застарелые, "со стажем". И все же изменить характер общения можно! Можно остановить если не эмоцию, то, по крайней мере, все, что за ней следует: замечания и наказующие действия. Если в следующий момент вам удастся уяснить, что именно вы почувствовали, то нетрудно будет разгадать и проблему ребенка: с чем, против чего или от чего он "воевал". А уж после этого гораздо легче перейти с позиции воздействия, исправления на позицию помощи, взаимодействия. Помощь в каждом случае, конечно, будет разная.

Если идет борьба за внимание, необходимо найти способ показать ребенку ваше положительное внимание к нему. Делать это лучше в относительно спокойные моменты, когда никто никому не досаждает и никто ни на кого не рассержен. Например, это могут быть совместные занятия, игры, прогулки, заслуженная похвала и т.п. Стоит попробовать, и вы увидите, почувствуете, какой благодарностью отзовется ребенок.

Что же касается его привычных "выходок", то их лучше всего оставлять без внимания. Через некоторое время ребенок обнаружит, что они не действуют, да и надобность в них, благодаря вашему положительному вниманию, отпадет.

Упаси бог вообще игнорировать этого ребенка. В таком случае сформируется асоциальный в своем поведении человек.

Если источник конфликтов - борьба за самоутверждение, то следует, наоборот,

уменьшить контроль за делами ребенка. Мы уже говорили, как важно для детей накапливать опыт собственных решений и даже неудач. В переходный период налаживания ваших отношений воздерживайтесь от таких требований, которые, по вашему опыту, он скорее всего не выполнит. Напротив, очень помогает то, что может быть названо "методом подстройки" - вы не оспариваете решение, к которому он пришел, а договариваетесь с ним о деталях и условиях его выполнения. Но больше всего поможет избавиться от излишнего давления и диктата понимание, что упрямство и своеволие ребенка - это лишь раздражающая вас форма мольбы: "Позволь же мне, наконец, жить своим умом". Помните, что прожить чужую жизнь - задача неблагодарная.

Если вы испытываете обиду, то нужно спросить себя: что заставило ребенка причинить ее вам? Какая боль у него самого? Чем вы обидели или постоянно обижаете его? Поняв причину, надо, конечно, постараться ее устранить.

Самая трудная ситуация - у отчаявшегося взрослого и разуверившегося в своих силах ребенка (подростка). Разумное поведение воспитателя в этом случае - перестать требовать "полагающегося" поведения. Стоит "сбросить на ноль" свои ожидания и претензии. Наверняка ребенок что-то может и к чему-то даже очень способен. Но пока он у вас такой, какой есть. Найдите доступный для него уровень задач. Это ваш исходный плацдарм, с которого вы можете начать двигаться вперед. Делайте с ним что-нибудь вместе, сам выбраться из тупика он не может. При этом нельзя допускать в его адрес никакой критики!

Ищите любой повод, чтобы его поощрить, отмечайте любой, даже самый маленький успех. Постарайтесь подстраховать его, избавлять от крупных провалов. Вы заметите и почувствуете, что первые же успехи окрылят вашего ребенка.

Помните, что бесполезно ждать, что ваши старания наладить мир и дисциплину в семье или в классе приведут к успеху в первый же день. Путь предстоит долгий и трудный, он потребует от вас немалого терпения. Вы, наверное, заметили, что главные усилия надо направить на то, чтобы осознавать свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяния) и переключать их на конструктивные действия. Да, в каком-то смысле придется менять себя. Но это - единственный путь воспитания.

И последнее, что очень важно знать. Вначале, при первых ваших попытках улучшить взаимоотношения, ребенок может усилить свое плохое поведение! Он может не сразу поверить в искренность ваших намерений и будет проверять их. Так что придется выдержать и это серьезное испытание.

Источник: Ю.Б. Гиппенрейтер "Общаться с ребенком. Как?"