



10 СЛУЧАЕВ, КОГДА, КАЖЕТСЯ, ЧТО РЕБЕНОК ПЛОХО ВОСПИТАН (НА САМОМ ДЕЛЕ НЕТ)

Подготовила педагог-психолог
МБДОУ «Детский сад № 74» г.о. Самара
Ткаленко Е.В.

Многие модели поведения, которые называют «непослушанием» и признаками плохо воспитания (или дурного характера) на самом деле – естественная часть детского развития. Если научится видеть, когда за «трудным» поведением стоит нормальная реакция - на внешние условия, этапы взросления или на наши собственные действия – мы можем конструктивнее реагировать, и делать это с непритворным переживанием.

Итак, внимание: 10 вещей, которые делают дети – и которые при этом абсолютно нормальны.

1. Неспособность совладать с импульсами

Говоришь ребенку: «Хватит швыряться!», а он все равно бросает, раз и другой. Знакомо? Детские психологи из Стэнфордского университета утверждают, что отделы мозга, отвечающие за самоконтроль, у новорожденных совсем не развиты и «созревают» лишь к концу пубертата. Неудивительно, пишут они, что обучение самообладанию – «долгий и медленный процесс».

Масштабные опрос родителей National Parents Survey показал, что многие из них ожидают от детей «взрослого» поведения гораздо раньше, чем оно реально развивается, по мнению экспертов. К примеру, 56% родителей уверены, что дети младше 3 лет уже должны уметь сдерживать свое желание сделать что-то запрещенное – хотя в реальности большинство осваивает это умение лишь к 3,5 или 4 годам.

Почаще напоминайте себе, что дети не всегда могут справиться со своими импульсами (просто потому, что мозг еще не сформировался) – и вы будете гораздо мягче реагировать на их поведение.

2. Сенсорная перегрузка.

Вот мы съездили с дитем в «Ашан», потом в парк, потом еще на спектакль старшей сестры – и все это до обеда. Стоит ли удивляться истерикам, гиперактивности или просто бунту со стороны ребенка? Сверх насыщенный распорядок дня, избыток информации и усталость – фирменное комбо современной семьи.

Ким Джо Пейн, автор книги «Воспитание в простоте» утверждает, что дети переживают «кумулятивную стрессовую реакцию» в результате переизбытка развивающих действий, занятий, игр, вариантов выбора, игрушек.

Детям нужно огромное количество «выключенного времени» (down time – нерабочего перерыва, периода неактивности – прим. ред.), чтобы уравновесить время «включенное».

Продуманный баланс между временем «наедине с собой», часами игры и отдыха нередко приводит к разительным улучшениям в детском поведении.

3. Повышенная эмоциональность.

Были когда-нибудь злобными, как голодный зверь? Срывались по пустякам из-за недосыпа? На маленьких детей эти так называемые «базовые условия» - усталость, голод, жажда, избыток сахара, недомогание – влияют в десять раз сильнее, чем на вас! Способность ребенка управлять эмоциями и поведение почти пропадает, когда он устал.

Многие родители знают, насколько резко меняется поведение детей примерно за час до приема пищи или если ребенок просыпался ночью, или если начинает болеть. Дети не могут, как взрослые, провести «самообслуживание» - перекусить, принять таблетку от головной боли, попить воды или вздремнуть.

4. Ор.

Став взрослыми, мы научились обуздывать и прятать самые сильные эмоции – а чаще просто задавливать их, психологически вытеснять или заслонять делами. Дети этому еще не обучены.

У Дженет Лэндсбери, специалиста по раннему развитию и обучению, есть прекрасный совет на случай мощных эмоциональных выплесков – визга, крика, плача. Она советует родителям: «Дайте чувствам место» – т.е. не реагируйте и не наказывайте детей, когда им нужно выплеснуть сильное чувство.

5. Бесконечная беготня.

«Сядь уже место», «перестань гоняться за братом вокруг стола», «кончайте фехтовать картонками», «хватит прыгать с дивана». Детям по самой механике развития нужно постоянно двигаться. У детей есть огромная, чисто физическая необходимость выходить на улицу, кататься на велосипедах и самокатах, драться и бороться, подползать и перелезть, висеть, качаться, спрыгивать и гоняться.

Вместо того, чтобы объявлять ребенка «плохим» за слишком энергичное поведение, лучше организовать срочный поход на игровую площадку или пройти пару кварталов быстрым шагом.

6. «Я сам (а)!»

Каждый раз, когда термометр показывает +10, в семьях разгораются дебаты. Первоклассник настаивает, что уже можно надевать шорты, а мама ратует за штаны с начесом. Согласно модели Эрика Эриксона, описанной им в 1963 году, 1-3 летние малыши пытаются самостоятельно совершать действия, в вот дошкольники уже осваивают инициативу, строят и выполняют свои планы.

И хотя нас раздражает, когда дети срывают еще зеленые помидоры, кромсают себе волосы или строят крепость из восьми только что выстиранных комплектов белья, - в эти моменты они делают именно то, что должны делать: пытаются строить и выполнять планы, отделиться, принять собственные решения и стать независимыми самостоятельными человечками.

7. Вылезаящая изнанка «сильных сторон».

У каждого из нас тоже есть достоинства, которые порой ставят нам подножку. К примеру, ваша сосредоточенность нерушима – но вот переключиться уже никак. Или у вас мощная интуиция и чуткая душа, но чужой негатив вы впитываете, словно губка.

У ребенка все та же – может быть, он учится как заведенный, но очень тяжело переживает неудачи (например, кричи, если сделал ошибку). А может, он осторожен и аккуратен, но избегает всего нового (например, отказывается пойти на футбол). Он может здорово чувствовать момент, но быть неорганизованным (например, усыпает весь пол игрушками каждый день).

Если присмотреться, можно увидеть, что некоторые выходки детей – обратная сторона их талантов (так же, как у нас), а значит, с пониманием на них реагировать.

8. Желание играть все время.

Ваша героиня выказала все лицо йогуртом, при попытке почистить ей зубы предлагает вам догнать и «поймать» ее, или влезает в папины ботинки вместо своих, когда вы уже несетесь к выходу. Некоторые из кажущихся детских «непослушаний» - всего лишь стандартное поведение: то, что Джон Готтман называет «заявками», которые дети подают вам на игру. Дети обожают всякие глупости и баловство. Их приводят в восторг общие с родителем шутки и смех, они любят все необычное, неожиданное и живое.

Зачастую все эти игры затягиваются и мешают собственным планам и желаниям родителей, что в итоге выглядит как упертость и непослушание (даже если это не так). Но если родители закладывают в распорядок дня больше времени на игры, дети начинают реже выключивать их как раз тогда, когда нужно одеваться и выходить.

9. Подражание нашему плохому настроению

Целый ряд научных исследований по теме заразительности эмоций указывает, что самые разные чувства – от энтузиазма и радости до грусти, страха и гнева – способны передаваться от человека к человеку всего лишь за тысячные доли секунды; часто это происходит незаметно для обоих участников. Ну а дети особенно тонко улавливают настроение своих родителей.

Если вы нервничаете, рассеяны, тоскуете или все время готовы сорваться – дети будут в точности копировать ваш настрой. Если вы настроены спокойно и по-философски, дети с радостью скопируют и это.

10. Нытье.

В прошлый раз на футболе вы купили ребенку пакетик сладостей. На сегодняшнем матче вы сказали: «Нельзя, аппетит испортишь», - и ребенок принимается орать и хныкать. Вчера вы прочли малышу пять сказок подряд, а сегодня строго объявили, что времени хватит только на одну – снова нытье и обида.

Когда родители непоследовательны в постановке ограничений, это неизбежно вызывает острую фрустрацию у детей – а за ней следует нытье, слезы и ор. Так же, как и взрослые, дети хотят (и требуют!) знать, на что они могут рассчитывать.

Приложив хотя бы минимальные усилия к тому, чтобы быть последовательными в своих запретах и ограничениях, вы заметно улучшите поведение ребенка.

Эрин Лейба, клинический социальный работник, кандидат наук, консультант-психолог из Чикаго, автор книги «Прививки радости для усталых родителей»

Перевод: Аюр Санданов