**КГБУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения «Козульский»**

**Неуправляемый ребенок**

**Когда ваш ребенок сводит вас с ума**

|  |  |
| --- | --- |
| http://kknd1.ru/assets/images/nr_1.jpg | В сказке А. де Сент-Экзюпери о Маленьком принце есть замечательный момент,когда принц разговаривает с Лисом.*Лис спрашивает его о его планете:**Лис очень удивился:**– На другой планете?**– Да.**– А на той планете есть охотники?**– Нет.**– Как интересно! А куры есть?**– Нет.**– Нет в мире совершенства! – вздохнул Лис.* **Мораль:**  вне зависимости от наших желаний и стремлений мы не найдем совершенства в реальном мире, как не может его быть и в людях, живущих рядом с нами, да и в нас самих. |

 Рождение ребенка прекрасная пора для родителей. Многие родители ожидают и верят, что воспитание и взросление ребенка будет приносить истинное одно лишь удовольствие. И по этой логике, детки всегда будут послушные и подконтрольные нам как роботы вплоть до совершеннолетия, а то и еще дольше. Но, мы должны понимать, что дети не роботы и идеальных деток не бывает. Дети имеют право на баловство, истерики и проверки родителей на прочность и границы. Это нормально. У каждого родителя – мамы или папы, случаются моменты, когда сил уже, казалось бы, и нет. И в этом нет ничего постыдного. Что же им делать и как быть? Ведь послушный ребенок не падает с неба, не достается даром и не воспитывается сам собой. Воспитание требует огромных усилий, доверия, внимания и самое главное – любви.

Воспитание, ни для кого не секрет, формируется с малых лет и здесь главное не пустить все на самотёк. Часто маленький ребенок не слушается, орёт, истерит и топает ногами. Особенно это характерно для деток возраста 3-4 года. Если ваш ребенок к этому возрастному периоду стал «неуправляемым», не стоит впадать в панику, а стоит разобраться в причинах такого поведения и научиться находить с малышом общий язык. Все зависит от родителей и их алгоритмов воспитания.

Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным, в этом возрасте дети уже имеют собственное «хочу» и готовы отстаивать его перед взрослыми. Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности. Ярко выраженная особенность данного периода - **кризис трех лет**. Он может быть как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит - радуйтесь, - ваш ребёнок развивается нормально.
Первые признаки кризиса нередко можно заметить уже в 1,5 года, а пик его приходится на возраст около трёх лет (2,5-3,5 года).

 У малышей он может проявляться по-разному, но основными «симптомами» являются крайнее упрямство, негативизм и своеволие:

1. **Негативизм** – ребенок отказывается делать даже то, что сам хочет делать, лишь потому, что это предложил взрослый. Негативизм адресован к конкретному человеку, а не к ситуации и не к содержанию разговора.
2. **Упрямство**– реакция ребенка, когда он настаивает на чем-либо не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он это потребовал.
3. **Протест** – ребенок бунтует против норм воспитания, установленных для ребенка. Протест против текущего образа жизни, который был установлен до настоящего времени и принимался ребенком.
4. **Своенравие**, стремление к самостоятельности.
5. **Обесценивание**– ребенок перестает ценить то, что ценил раньше. Здесь же, начинаются оскорбления взрослых, которых ребенок всегда уважал и ценил, и, здесь же, игрушки, которые он очень любил, становятся ему неинтересными и некрасивыми.
6. **Деспотизм** – у ребенка появляется стремление проявлять власть по отношению к окружающим. Ребенок начинает управлять чаще всего мамой, и решать, куда ей можно ходить, а куда нет.

**Что делать родителю? И как помочь ребенку пережить кризис?**

Сколько будет длиться кризис у ребенка трех лет угадать невозможно. У одних детей кризисный возраст остается незамеченным, а другие задерживаются в нем на несколько лет. Взрослеющий человечек не раз будет сталкиваться с возрастными порогами, но кризис трех лет считается важной ступенькой на пути личностного роста. Мудрые родители просто пережидают кризис, ведь в первую очередь, тяжесть ложится на психику их чада. Принципиально важно здесь одно – показать ребенку причинно – следственную связь между его поступком и последствиями для самого ребенка.

**Предоставьте ребенку свободу выбора**

Дети в три года ожидают от окружающих, а особенно от родителей признания их самостоятельности и независимости, даже не смотря на то, что сами к этому еще не готовы. Поэтому для ребенка в этом возрасте очень важно, чтобы с ним советовались и интересовались его мнением. Не ставьте малышу ультиматумы, подойдете к постановке своих просьб или пожеланий изобретательнее.

Например, если ребенок изъявляет желание одеваться самостоятельно, пусть, в этом нет ничего плохого, просто предусмотрите это и начните собираться на четверть часа раньше. Это сохранит хорошее настроение и мамы и ребенка.

Также можно предложить выбор между несколькими вариантами, например, есть с красной или желтой тарелки, гулять в парке или на детской площадке и т.д. Неплохо работает прием переключения внимания. Ребенок будет знать, что его мнение важно в семье и с ним считаются. К примеру, вы собираетесь навестить сестру, но подозреваете, что на ваше предложение малыш может ответить отказом, тогда просто предложите ребенку выбрать одежду, в которой он поедет в гости. В итоге вы переключите внимание крохи на выбор подходящего наряда, и он не будет думать ехать ему с вами или нет.

**Дайте малышу почувствовать себя самостоятельным**

Всегда кризис трех лет у ребенка проявляется возросшей самостоятельностью. Малыш пытается все делать сам, даже не смотря на то, что его возможности далеко не всегда соответствуют его желаниям. Родителям необходимо отнестись с пониманием к подобным стремлениям. Постарайтесь проявлять больше гибкости в воспитании, не бойтесь несколько расширить обязанности и права крохи, дайте почувствовать ему самостоятельность, конечно, только в разумных пределах, определенные границы, все же, должны существовать. Просите иногда его о помощи или давайте какие-то простые поручения. Никогда не лезьте в деятельность своего ребенка, если он вас об этом не просит!

**Научитесь отказывать**

Отказывать своему любимому ребенку могут далеко не все родители. Тем не менее, уметь говорить четкое «Нет» — необходимо каждому взрослому. В любой семье должны быть установлены границы, за которые выходить никак нельзя и ребенок должен о них знать. Родители не должны отходить от этих правил – они постоянны! Если сегодня «нет», то и завтра «нет». И, обязательно, объясните своему ребенку почему «нет». Если сказано «нет», крики и истерики не должны нарушить вашу позицию.

**Запаситесь терпением**

Желание ребёнка быть взрослым можно использовать в своих целях. Например, если нужно перейти дорогу, то можно попросить ребёнка вас перевести. Это намного лучше стандартного: «Так, дай сюда руку, сейчас будем переходить дорогу».

Озвучивайте для ребёнка его переживания и чувства. Это позволит ему лучше понять свои чувства и увидеть, что вы понимаете его состояние. Если вы видите, что ребёнок упал и плачет, скажите ему, что он упал, ударился, ему больно, и поэтому он плачет. Если ребёнок играл и сломал любимую игрушку, скажите: «Ты расстроился из-за того, что сломал игрушку. Тебе жаль её. Поэтому ты заплакал». Если ребёнок радуется тому, что у него получилось что-то сделать, так и скажите: «Ты нарисовал хороший рисунок и очень рад. Тебе приятно, что ты смог нарисовать такой рисунок. Ты гордишься». И так далее. Озвучивание эмоций и чувств поможет ребёнку разобраться в них и лучше понять себя.

**Как реагировать на детские истерики?**

Дети закатывают истерики не потому, что им нравится плохо себя вести, и не потому, что хотят раздосадовать родителей. Дети кричат, топают ногами и бросаются на пол потому, что это работает. Капризничая, ребенок пытается добиться своего и, получив желаемое путем истерик, он обязательно воспользуется этим способом еще раз. Очень важно научиться погашать и прекращать истерики, иначе это войдет в привычку малыша, и он начнет использовать их в качестве манипуляции постоянно.

 А с возрастом он научится манипулировать родителями гораздо изощреннее. Поэтому, как часто он будет прибегать к этому методу, зависит от реакции родителей с самого начала. Но никогда не поздно все исправить, гораздо страшнее никогда ничего не менять в этом аспекте.

**Старайтесь предугадывать капризы ребенка, чтобы предотвратить их**

Самая распространенная ошибка – это ждать, пока его поведение выйдет из-под контроля полностью. Необходимо научиться предугадывать состояние ребенка, еще до того как произойдет вспышка. Обратите внимание на характерные предвестники бури – хныканье, беспокойство, напряжение, и постарайтесь отвлечь его при первых же признаках раздражения. Попробуйте поговорить с ребенком успокаивающим тоном, погладьте его, обнимите, напойте песенку.

**Выразите абсолютную нетерпимость истерик**

 Малыш должен понимать, что его поведение никто терпеть не будет. Как только начнется истерика, перестаньте с ним общаться, пока он не успокоится. Не стоит уговаривать его, кричать, шлепать – ни одно из этих средств обычно не работает. За своими криками он вас даже не услышит. Постарайтесь не отвечать ему, лучше даже не смотрите в его сторону, можно демонстративно надеть наушники – это даст понять малышу, что его крики бесполезны. Ребенок устраивает истерики перед тем человеком, который на них реагирует. Не стоит показывать, что истерики вашего ребенка вас волнуют и интересуют. Но обязательно скажите ему, что как только он успокоиться, то вы готовы с ним поговорить. И запаситесь терпением.

**Лишите малыша зрителей**

При повторяющихся истериках лучше всего изолировать ребенка сразу, как только возникает вспышка. Если это происходит в общественном месте, переместите его в более уединенное, пока он не успокоится. Самый крайний вариант - угол. И обязательно откажите ему в том, что он очень любит – мультик, прогулка, игры, сладости и т.п. Малыш должен осознавать, что не заслуживает своим поведением игр и внимания. Длительность нахождения в успокоительном месте для разных детей может быть разной, но он должен оставаться там хотя бы две минуты с момента успокоения. Если он вновь начнет капризничать, отведите его обратно. Самое сложное здесь – сохранять собственное спокойствие, но именно оно поможет ребенку вернуться в спокойное состояние.

**Ваше неприятие истерик должно быть постоянным**

Очень важно, выбрав линию поведения во время истерик, придерживаться ее всегда. Тогда ребенок будет понимать, что результат его капризов неизменен. Если ребенок капризничает с другими людьми – няней, воспитателями, вашими родителями, оговорите с ними заранее план поведения в таких ситуациях, подчеркните, что взрослые не должны обращать внимания на капризы. Общение с другими детьми должно быть позволительно только в нормальном состоянии.

**Научите малыша правильно выражать недовольство**

Ребенок должен понимать, что он может расстраиваться, но не посредством истерик. Поэтому когда он и вы успокоитесь, побеседуйте о том, как правильно выражать неудовлетворенность. Очень часто дети просто не знают, как по-другому выразить свое состояние, и поэтому начинают капризничать. Расскажите ему, как выражать свои эмоции словами, научите его соответствующим словам – злой, печальный, уставший, сердитый, расстроенный. И поощряйте его, когда он будет пользоваться этими словами, хвалите его.

 

 **Краткая схема реагирования на истерики:**

1. Возьмите себя в руки и выдержите небольшую паузу, чтобы внутренне собраться. Можно сосчитать до 10, например.

2. Попросите выйти из комнаты всех «зрителей», а если это невозможно выведите ребенка в спокойное место, где никого нет рядом.

3. Решите для себя, хотите ли (можете ли) Вы позволить ребенку то, о чем он просит. Подумайте хорошо, ведь может для вас это мелочь и непринципиально, а ребенку очень важно и нужно.

4. Если нет, то строго, но обязательно ровным и уверенным голосом скажите ребенку свое требование. И объясните, почему «нет».

5. Будьте готовы к тому, что Вам придется еще некоторое время «послушать» детский плач.

6. Ни при каких обстоятельствах не отступайте от своего требования, при необходимости повторите его.

7. Когда ребенок успокоится, обнимите его и обязательно скажите о том, как сильно Вы его любите.

**Родители тоже ошибаются**

**Ошибка №1. Говорить о личности, а не о поступке.**

«Что за ужасный ребенок!», «Так поступают плохие мальчики» или «Ты плохой мальчик. Мне такой не нужен». Это вроде уже всем понятно, но почему-то все еще повсеместно используется. Не забывайте об этом!
**Ошибка №2. Сворачивать свою вину на ребенка.**

Например, догадывались, что ребенок, который сейчас бегает-играет, может задеть чашку на краю стола и все равно не убрали. Кто виноват, что чашку разбили и за что отругали ребенка? Или разрешили ребенку погладить уличную собачку, а она укусила. И вот мама ругает ребенка – ты что, не знаешь, что собака может укусить? Примеры утрированные, но думаю, каждый вспомнит такую ситуацию, когда ругать надо себя, а мы ругаем ребенка.
**Ошибка №3. Использовать свои «взрослые» преимущества.**Например, забирают игрушку и кладут высоко на шкаф, откуда ребенок ее не достанет сам. Это заставляет его чувствовать свою неполноценность (физическую пока) и вызывает глубокое чувство обиды и злости. Кто уже так делал, тот заметил, что в момент, когда игрушка отправляется на шкаф, ребенок начинает ужасно кричать и может закатить истерику. А мы не помогаем ему правильно выйти из конфликта, а оставляем одного и предлагаем подумать над своим поведением.

 **Ошибка №4. Давление на материальную сторону вопроса.**
         Это, в общем-то, относится к использованию взрослых преимуществ, но я хочу выделить это в отдельный пункт. Например, собирались пойти за игрушкой, но случилась ссора, в которой ребенок обидел одного из родителей. И этот родитель сказал, что не купит игрушку, раз он так себя ведет. Да, это быстрый способ заставить ребенка слушаться, но при этом он думает не о том, чтобы уважать чувства отца или матери, а о том, как получить свои выгоды. Когда ребенок чуть подрастет, он будет в определенных ситуациях стараться промолчать, «чтобы купили игрушку», а злость и обиду копить внутри себя. Надо ли объяснять, что из этого выйдет и как, став самостоятельным, сын или дочь будут относиться к родителям.
Вывод из этого пункта такой: в конфликтной ситуации говорите о чувствах и учите ребенка их уважать, правильно вести себя в той или иной ситуации. Старайтесь не наказывать лишением материальных вещей из-за плохого поведения.
**Ошибка №5. Агрессивное поведение, потеря контроля над собой, использование грубых слов, ремень.**

Из этого ребенок запоминает, что в случае потери контроля над ситуацией, можно потерять контроль и над собой, что прав тот, кто ведет себя агрессивнее, говорит грубее и т.д. Это уже не говоря о том, что часто дети пугаются такой реакции родителей и тут же «начинают себя нормально вести». Ведь в таких условиях быть равным участником ситуации уже не получается. Ребенок не может отшлепать маму или папу, или даже так же накричать на них.

**Ошибка №6. Заставлять ребенка извиняться часто и за любую мелочь, в то время как вы сами этого не делаете.**

Научить ребенка признавать свою вину и просить прощения можно только личным примером. Если вы сами просите прощение у ребенка, когда кричите на него или делаете что-то не так, то и ребенок ответит вам тем же и сможет извиниться за свои капризы и признать свою неправоту.

**Ошибка №7. «Делать плохо» ребенку в качестве наказания и наказывать унизительно.**

Если уж дошло дело до наказания, то помните о том, что лучше лишить ребенка хорошего, чем сделать ему плохо. Т.е. лучше не почитать на ночь, не поиграть и т.д., чем накричать и отшлепать. Наказывать ребенка можно, но наказание, ни в коем случае, не должно быть унизительным и не должно проходить на глазах у других людей. Когда конфликт разгорается в людном месте, можно применить подход, который называется «Воспитание на ушко». Попробуйте, может, и вам поможет.

И последнее, не забывайте золотое правило: «Прежде, чем сказать это ребенку, скажи это себе». Тогда конфликтов будет на порядок меньше, проходить они будут более конструктивно, уважения к родителям будет больше, самооценка ребенка будет в порядке, и он тоже будет учиться контролировать себя и свое поведение.

Задача родителей сделать все от них зависящее, чтобы ребенку было комфортно не только в стенах дома, но и в человеческом обществе в целом. Любите своего ребенка не за что-то, а просто так, просто за то, что он у вас есть. Любите его всяким: капризным, вредным, успешным, счастливым, заплаканным и бьющимся в истерике. Любите его всегда, пусть он это видит и понимает. Говорите ему о своих чувствах хотя бы один раз в день. И ваш ребенок ответит вам тем же. Берегите себя и уважайте своих детей, и тогда, когда они вырастут, они будут уважать и беречь вас, дорогие родители! Ваши дети, благодаря правильному воспитанию с детства, станут примерами успешных, здоровых и счастливых людей.

 

**Отделение социальной помощи семье и детям:**

**Режим работы: с 9ч. до13ч. с 14ч. до 18ч.**

**Адрес: п. Козулька, пер. Лесной д.4,**

* ***тел.*** *8-(39154)-2-14-24*

**Адрес электронной почты** – kkcso@mail.ru

**сайт :** [http://kkso.bdu.su](http://kkso.bdu.su/)