

# Непослушный ребёнок. Помогите его воспитать

---

*Как обращаться с детскими капризами?  
И что делать, когда детское непослушание становится невыносимым,  
перерастает в непонимание и отчуждение?*

Все дети время от времени капризничают, не слушаются, ведут себя вызывающе.

Но бывает так, что тема детского непослушания становится чуть ли не самой главной темой отношений между родителями и ребенком.

**Что делать, если ребенок не хочет слушаться, саботирует ваши добрые намерения, проверяет на прочность правила и авторитеты?**

## Во-первых

*Для начала хорошо было бы присмотреться к сути капризов.  
Именно от этого зависят дальнейшие действия родителей.*

Важно помнить о том, что периодическая проверка авторитетов – нормальная точка роста. Кризис развития, так сказать.

Если у вас именно этот случай (естественный переходный период взросления) — то задача заключается в том, чтобы дать больше свободы (и ответственности), помочь ребенку расти.

И при этом четко обозначить правила игры: так можно, а так нельзя, а за это будут такие-то последствия. То, что психологи называют «границы».

Самое важное здесь, пожалуй, показать, что вы готовы поддержать, утешить, пожалеть ребенка. Словом и делом транслировать вашу веру в то, что он справится. Справится с этим самым взрослением.

И да, для этого надо правда верить в ребёнка.

Потому что транслировать получается только искренно, от сердца к сердцу.

Ах, как хорошо видно людей, кому в детстве говорили: «У тебя получится, я верю в тебя. А если не получится, то я погрущу с тобой, и буду продолжать любить тебе всё так же сильно».

## Во-вторых

*Но капризы бывают не только от взросления.*

*Бывает, что «плохое поведение» указывает на внутреннюю сложность, которую ребенок испытывает.*

Начиная от переутомления и заканчивая желанием получить больше родительского внимания, заботы и любви.

И эту лежащую в основе причину предстоит вместе с ребёнком прояснить.

Потому что капризы — только следствие и вершина айсберга.

А что предшествовало «плохому поведению»? Когда именно случился этот переломный момент?

Может он совпал со сменой школы или места жительства, или с приездом бабушки, с разводом родителей или с рождением братика.

Чего на самом деле хочет ребенок? В чём он сейчас нуждается? О чём говорит с вами в такой малопривлекательной и завуалированной форме?

Капризы — всего лишь внешний маркер того, что внутри что-то происходит.

И чем они несноснее, эти капризы, тем серьёзнее внутреннее напряжение и стресс ребенка.

## В-третьих

*А ещё бывает так соблазнительно включить запреты, манипуляции или покупки хорошего поведения.*

Этот легкий способ вполне действенен в краткосрочной перспективе, приносит быстрые результаты и облегчение.

А вот в дальнейшем ведёт к отчуждению, фальши и безразличию.

Находить общий язык искренно, с любовью и отзывчивостью — это труд и немного искусство.

Конечно, если «непослушание» давнее, каждый тянет одеяло в свою сторону и уже набил руку и оскомину в этом противостоянии, то раздражения много, а доверия и надежды на решение — мало.

## Но шаги к решению есть, и они несложные.

*Первое, что надо сделать, приостановиться и послушать: что на самом деле хочет ребенок.*

Автономии? Отдыха? Радости? Внимания? Уважения к его интересам? Право на ошибку? Право на свое мнение?

*И что стоит за вашим противостоянием?*

## Мотив всегда положителен.

Ваш мотив, то что движет вами (в том числе когда вы кричите, злитесь и обижаетесь), в своей основе, — это благо.

Ограничивая, запрещая, понуждая — вы точно желаете добра своему чаду. Желаете оградить его от чего-то или чему-то научить.

## И тогда важно выбрать правильную форму, подходящий способ. Вот несколько хороших вопросов, которые в этом помогут:

1. Каков ваш мотив, чего вы хотите в более общем смысле?
2. Для чего вам самому это нужно? Что вы приобретете от изменений и зачем вам это приобретение?
3. Как ещё можно достичь того, что вам хотелось бы?

Немного разобравшись в своих мотивах, поговорите с вашим ребёнком спокойно и дружелюбно.

Вот направления вопросов для беседы.

4. Каков его мотив? Что он хочет получить, в чём нуждается и о чём мечтает?
5. Какими еще способами на его взгляд можно этого достигнуть?
6. Расскажите о своем мотиве и своих вариантах.

Иногда самого разговора по душам бывает достаточно.

Иногда удается договориться и вопрос решается.

Иногда требуется несколько и даже много разговоров, с разных сторон, когда открывается новое и неожиданное.

*Эти «хорошие вопросы» и искренний разговор — большой шаг.*

*Шаг к узнаванию себя и своих мотивов, шаг к слышанию себя и друг друга, шаг к сближению и открытости: когда вы делитесь своими желаниями и опасениями. Шаг к взаимному пониманию и уважению.*

---

С заботой,

Лиана Ланда, семейный психолог, гештальт-терапевт