**Причины неподобающего поведения и методы мотивирования ребенка**

Анна Сокольчук

Безусловная любовь видит его таким, какой он есть. И принимает его незнание, и несовершенство, и его внутреннюю гармонию. Она учит ЗАРАНЕЕ.

Родители, если потребуется, будут и непреклонными, и очень-очень взыскательными. Так чем же она отличается от простой любви, от любви обусловленной? Только одним: ребёнка любят и принимают таким, какой он есть. Настоящая любовь — это приятие. Это понимание. Это «не бойся, я с тобой», «я всегда на твоей стороне».

**Причины неподобающего поведения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Цель ребенка** | **Логика**  **ребенка** | **Чувство**  **взрослого** | **Реакция**  **ребенка на замечание** | **Порочный круг увидев реакцию взрослого** | **Коррекция** |
| Стремление получить  внимание | Я важен  только тогда,  когда  получаю  внимание | Раздражение | На некоторое  время останав-  ливается,  позже опять начинает | И дальше буду  так себя вести,  чтобы получить внимание | Не обращать  внимание на неподобающее поведение,  обращать  внимание на подобающее |
| Позиция силы | Я важен  только тогда,  когда моя взяла | Гнев, злоба,  ярость | Не реагирует, или соглашается с  замечанием, но ничего не  делает | Значит, главное - это сила. Следую-  щий раз, чтобы выиграть, я буду  еще сильнее | Выйти из  позиции силы |
| Месть | Я важен  только тогда,  когда делаю  тебе так же  больно, как  больно мне | Боль, обида | Не реагирует. Поведение  только ухудшается | В следующий раз отомщу сильнее, моя возьмет, я буду  важен | Не мстить.  Остановить  агрессию. Восстановить справедливость  (без мести) |
| Беспомощ-  ность,  отстранение | Я ничего не  могу.  Оставьте меня одного. Отстранитесь  Я безнадеж-  ный | Беспомощ-  ность | Не реагирует | Взрослый отстранился,  значит я точно безнадежный | Найти область,  где ребенку  повезет,  начинать от туда. Поощрять |
| Жажда острых ощущений | Я жив только  когда  испытываю (ощущаю) что-то особенное |  | Не реагирует | Если запрещают - не говорит  взрослым | Организовать конструктивную контролируемую деятельность, дарящую разные ощущения |

**Как неподобающее поведение повернуть в правильное русло**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Цель ребенка** | **Как проявляется** | **Потенциальная выгода правильно направляя** | **Вазможные роли** |
| Стремление заполучить внимание | Ребенок часто кривляется, шалит, странно одевается, он шумный, хочет выделиться перед сверстниками, перечит, может быть гиперактивным | Часто ребенку нравиться завоеванное призвание, выполняя общественно приемлемую роль | Может помочь в уборке, общаться людьми выполняя поручения. Может посещать кружок драмы. Подходит любая вспомогательная деятельность, которая делается на виду у других |
| Стремлениек силе | Характерна агрессия, вражда, отрицание, сопротивление,  борьба, апатия, непослушание,  властность, демонст-  рация плохого  настроения или ложь. Получив замечание  ребенок продолжает демонстрировать  отказ от сотрудни-  чества. Взрослый  часто чувствует разочарование или  даже поражение. | Может быть  ответственным или показывать силу общественно  приемлемым  способом, иначе  мыслить. Может быть настойчивым и решительным. | Может быть администратором или помощником тренера, переговорщиком при решении конфликта, ответственным за поведение, старостой. Лидером любой полезной деятельности. |
| Стремление к мести | Ребенок оскорбляет, нарушает, ведет себя брутально, разрушительно, крадет. Занимается вандализмом, портит имущество. Часто обижается, если  кто-то его исправляет. Окружающие чувствуют себя обиженными таким поведением | Чувствительный  ребенок, который  чувствует себя  обиженным. | Может помогать учиться более слабым, советовать сверстникам, помогать новеньким. Можно поощрять работать, чтобы исправить несправедливость. |
| Стремление к  возбуждению | Не нравится рутина  или монотонность.  Не верит, что учиться может быть интерес-  но. Часто он умнее,  чем притворяется. Мечтатель. Может  убегать с уроков.  Вполне вероятно, что он заинтересован  алкоголем, наркоти-  ками, сексом. Часто общается с обладате-  лями похожих инте-  ресов. | Можно его заинтере-  совать если занятия  сделать больше  яркими, интересны-  ми, возможностью разнообразить рутину. | Можно включить в  группу планирования мероприятий, спорт,  драму или другую  новую интересную деятельность. |

**Методы мотивирования ребенка**

Методы поощрения:

* Поощрения – похвала, внимание, любимые виды деятельности, жетоны.
* Моделирование – дети многому учиться подражая другим людям.

**Похвала.**

Связанная с конкретной деятельность. Сразу же после хорошего поведения. Искренняя. Устная (похвала) + невербальная (улыбка). Оцениваются усилия ребенка

**Поощрение.**

1. Обратите внимание, когда ваш ребенок ведет себя правильно - "Я нравиться видеть, как вы убираешь свои игрушки“
2. Заметить усилия ребенка - "Ты действительно старался сделать эту поделку, в следующий раз тебе удастся еще лучше“
3. Предоставить ответственность
4. Показать, что знание ребенка очень важны для нас
5. Не ожидать идеального результата, отметить прогресс
6. Вместе узнать что-то новое
7. Физический контакт с ребенком

**Методы выбора**

Можно самому выбрать один из двух предложенных вариантов. Пределы разграничены  - “Ты можешь решить, что хочешь на завтрак: гречневую кашу или яйца?”

**Натуральные последствия**

Не мешать наступить естественному последствию - Ребенок бросил игрушку, позже о неё споткнулся и упал. Ребенок взял игрушку у сверстника, тот разозлился и перестал с ним играть. Естественные последствия неподобающего поведения чаще всего неприятны, так что ребенок не склонен его повторять.

**Логические последствия**

О последствиях поведения договориваются заранее. Логические последствия должны быть связаны с неподобающим поведением. Важно, чтобы ребенок согласится с ними. Очень важно, чтобы такой исход и был применен  - “Когда в машине так много шума, мне трудно ехать. Пожалуйста, не деритесь и не ругайтесь, когда я еду. Если вы будете бить друг друга и кричать, я остановлюсь и не поеду, пока в машине не будет тишины”.

**Создание чувства единени**

* Общее принятие решений
* Празднования
* Общая трапеза
* Общая деятельность
* Общая молитва
* Семейные советы

**Ослабление неподобающего поведения**

* Поощрение несовместимого поведения - основано на предположении, что ребенок не может одновременно совершать физически или функционально разные, несовместимые действия
* Поощрение обратного поведения
* Угасание - никогда не поощряемое поведение становится реже
* Пауза - перерыв в поощрении, когда любое поведение, не поощряется или поощрения сведены к минимуму
* Наказание - когда удаляется положительное подкрепление или предоставляется негативное подкрепление

**Где взять терпение?**

Дело не в том, как ведёт себя ребёнок, а в том, как сами мы реагируем на происходящее, в частности, на его поведение. У вас ровно столько терпения, сколько вы позволяете себе иметь.

Вы решили (и надеетесь на это), что малыш заснёт за тридцать минут. Но вот тридцать минут прошло, потом ещё пять, потом ещё… лимит (который вы выдали сами себе) исчерпан, терпение заканчивается. Вы взрываетесь или скрежещете зубами…Но вспомните, сколько терпения вы проявляете, если, не дай бог, ребёнок заболел. Вы будете без проблем качать его и два, и три часа подряд, при этом абсолютно не сердясь на него — лишь бы отдохнул, бедняжка… Просто в этом случае вы не ставили ему никаких сроков, не придумывали никаких лимитов.

Ваше терпение заканчивается, потому что не оправдываются какие-то ожидания. О спокойном вечере или об идеальном ученике. Но и эти категории — тоже вымышленные. А перед вами — живой человек, к тому же любимый, у которого могут быть свои жизненные установки, свой собственный ритм усвоения материала, свои природные таланты (иногда далёкие от школьных предметов).

Значит, лучший выход — отказаться от ожиданий и дать ребёнку возможность установить свои сроки, свой темп и свои ритмы. А самому стать «естественным» родителем, который уважает естественные циклы и ритмы своего малыша, который позволяет ему расти. «Естественный» родитель — тот, кто растет вместе со своим ребёнком, а не подтягивает его к себе.

Чем отличается растущий родитель от родителя терпеливого, то есть терпящего. Первый помнит, что:

· Так как терпения не хватает только тогда, когда не оправдываются какие-то ожидания, «естественный» родитель не ставит себе рамок-ожиданий. «Естественный» родитель идёт за ребёнком, а не за своими ожиданиями.

· Если ребёнок делает что-то наперекор, значит, у него есть на это какая-то причина.

· «Естественный» родитель ищет *настоящую*причину своих неудач и борется с ней, а не с ребёнком.

· В любой ситуации есть своя комическая сторона. «Естественный» родитель умеет увидеть комизм ситуации и посмеяться над собой.

· «Естественный» родитель знает и использует приёмы самоуспокоения, которые помогают ему расслабиться, успокоиться и принять верное решение.

· Даже если поведение ребёнка никуда не годится, такой родитель знает: поведение, может, и никуда не годное, но сам ребёнок — хороший.

· И никогда не забывает, что у ребёнка тоже есть нервы.

**Позитивное воспитание**

Ребенку необходима обратная связь не только в случае неудачи, но и в случае успеха. Он жаждет похвалы за свои усилия и достижения. Дети, которых ценят за их усилия, более уверенны в себе и мотивированы не достижение еще более высоких результатов. Искренние, безусловные поощрения поведения поднимают самооценку ребенка, способствуют формированию ответственности, повышению веры в дальнейшие успехи, укрепляют отношения.

1. Будьте осторожны. Невнимательная похвала кажется ребенку неискренней и ничего не стоящей. Не раздавайте их на право и на лево, в любое время, в любом месте и ни за что - подчеркните конкретное поведение, хваля уделите ребенку достаточно внимания, хвалите искренне - "Мне очень нравится цвет, который ты подобрал для этого рисунка"
2. Никаких "но“. Иногда усилия ребенка остаются недостаточно оценены, родители слишком много фокусируется на том, что могло быть сделано лучше - "Я рада, что ты сама наклеила в книгу наклейки, но у тебя получилось неаккуратно".

Оцените усилия ребенка, обратите внимание не только на результат, но и процесс - "Выполнить задание самостоятельно было настоящим испытанием. Ты замечательно с ним справился".

1. Говорите о поведении, а не на личности. Такие похвалы, как "ты такой умный", "ты всегда такой вежливый" могут напугать ребенка. Он становится обязанным всегда быть разумным и вежливым, это может привести к тревоге и чувству вины.

Замечайте конкретное поведение ребенка - "Сегодня ты очень по дружески делился игрушками с другими детьми".

**Методика позитивного воспитания Han Spanjaard**  
1. Поощрение

Учиться навыкам позитивного воспитания нужно с умения поощрить ребенка.

1. Обратите внимание ребенка;
2. Скажите ему что-нибудь хорошее;
3. Скажите ребенку, что именно он сделал.

Внимание:

* + Похвалите ребенка за соответствующее поведение сразу
  + Хвалите, когда вы просили его вести себя подобающе
  + Хвалите без разных условий (не взирая на предыдущее неподобающее поведение)
  + Не хвалите ребенка за неподобающее поведение
  + Будьте честны и искренни

1. Предоставление инструкции

Сейчас вы можете начать учиться устанавливать границы. Начать следует с указаний.

1. Обратите внимание ребенка;
2. Скажите ему, что не так, он сделал / делает;
3. Точно скажите ребенку, что именно он должен сделать.

Внимание:

* Дайте ребенку четкие указания;
* Говорите дружелюбно, но уверенным тоном
* Дайте ребенку достаточно времени для выполнения вашего указания
* Дайте указание только 2 раза. (Если ребенок не слушает инструкцию, прибегнуть к минутному перерыву)
* Сразу же похвалите, когда ребенок ведет себя подобающе
* Так как важнее сказать ребенку, как он должен поступить, а не то, что он сделала, иногда вы можете пропустить второй шаг

3. Отделение

Если ребенок не слушается, используйте так называемый метод "Минутного перерыва".

1. Обратите внимание ребенка;
2. Ясно скажите ему, что не так, он сделал / делает;
3. Скажите ребенку, что он должен потратить несколько минут в тихом, спокойном месте;
4. Установите время в зависимости от возраста ребенка от 2 до 10 мин с того времени, когда ребенок уже находится в указанном месте;
5. Сразу же подойдите к ребенку, когда время прошло;
6. Похвалите своего ребенка за то, что он вел себя спокойно в указанном месте;
7. Скажите ребенку, что он может или должен сделать в настоящее время.

Внимание:

* Сразу же после неподобающего поведения (в пределах 20 сек.)
* Время зависит от возраста ребенка
* Место должно быть тихое, скучное и безопасное, например, коридор;
* Не вступать в дискуссии
* Сохраняйте спокойствие, не перенимайте эмоций ребенка;
* Начинайте отсчет времени с момента, когда ребенок успокаивается
* Больше не говорите о неподобающем поведении, только скажите, что ребенок должен делать сейчас

4. Последствия

Если приходится наказать ребенка, наказание должно быть осмысленное.

1. Обратите внимание ребенка;
2. Скажите ему, что не так, он сделал / делает;
3. Скажите ребенку, что хорошее он потеряет: вещь или любимое занятие.

Внимание:

* Убедитесь, что бы последствия действительно настали, чтобы ребенок понял их смысл, и это не было похоже на наказание
* Заберите приятный объект или прервите приятную деятельность, когда ребенок ведет себя неподобающим образом
* Кратко объясните, не вступайте в дискуссии
* Наказание должно быть соразмерным проступку и возрасту ребенка. (Иногда хорошим последствием может быть возмещение ущерба.)
* Если вы начинаете наказание, будьте последовательными и продолжайте
* Не угрожайте санкциями
* Наказывая говорите ребенку, что он должен делать дальше. Постарайтесь, чтобы ребенок как можно скорее продемонстрировал подобающее поведение и похвалите его
* Применяйте последствия как можно скорее

Прежде чем возмущаться, исправлять или требовать, спросите себя:

* Почему я хочу, чтоб ребёнок это делал?
* Кто в этом больше заинтересован, он или я? (Чья это потребность, моя или ребёнка?)
* Что случится с ним, если он этого не сделает?
* Что случится со мной, если я не добьюсь этого от него?
* А можно ли сделать это как-то иначе?

Такие простые вопросы помогут вам посмотреть на ту же проблему с другой стороны. И когда с ваших глаз спадут шоры, вы сделаете сознательный выбор: настаивать на своём или внимательнее приглядеться к своему ребёнку, прислушаться к его мнению. Прислушайтесь (к себе и к ребёнку) — и вы найдете решение, устраивающее вас обоих.

**Пять правил, как говорить «нет» и не чувствовать себя виноватым**

1. Не торопитесь с ответом. Это не значит, что надо тянуть или уклоняться. Это значит, прежде чем сказать «да» или «нет», согласиться или отказать, подумайте, поймите суть просьбы или предложения, с которыми к вам обращается ребёнок.

2. Внимательно выслушайте и вникните в суть дела. Если что-то непонятно, расспросите, уточните детали. Этим вы убьёте сразу двух зайцев. Во-первых, мы часто говорим «да» или «нет» машинально, под настроение. Во-вторых, ребёнок, которого вы слушаете внимательно, почувствует, что он вам не безразличен. Вы прояснили для себя позицию собеседника.

3. Покажите ребёнку, что вы признаёте его право иметь собственное мнение. («Да, ты действительно считаешь, что мы должны купить этот велосипед», «Да, я понимаю: ребята будут тебя ждать».) Вы не соглашаетесь и не критикуете, вы просто констатируете такой факт: с его точки зрения это правильно.

4. Объясните коротко и внятно, что вы не можете (не хотите) делать то, о чём вас просят. Коротко назовите (объясните) причину отказа. Чем младше ребёнок, тем короче и проще надо говорить.

5. Если ребёнок не внял вашему «нет» и продолжает вас уговаривать, реагируйте как «автоответчик» — повторяйте одно и то же. А именно: на каждый новый довод (выпад, скулёж) реагируете так: а) соглашаетесь с доводами (я понимаю, тебе хочется иметь велосипед; я понимаю, в этой компании ты давно не был… и т. д.); б) повторяете отказ одними и теми же словами («но это слишком дорогой велосипед»; «без взрослых в поход я не могу отпустить тебя»). Никто долго не выдержит. Аргументы у ребёнка иссякнут, и ваш отказ примут как факт.

Важное дополнение!

Говорите «нет» как можно реже. Только в особых случаях. Как в поговорке: редко, но метко. Тогда ребёнок не будет спорить с вами, а вы не почувствуете себя виноватым. Предпочтение отдайте «да». А знаете, кому труднее всего сказать «нет»? Самому себе.

**Послесловие**

1. Когда мы говорим ребёнку: «Я делаю это для твоей же пользы», вполне вероятно, что делаем это мы не для него, а для себя.
2. Наша установка заставляет выбирать только одну, привычную (запрограммированную) схему действий.
3. Установка диктует один вариант поведения — самый привычный и потому он кажется самым эффективным и самым лёгким.
4. Установку всегда можно пересмотреть, оценить и подправить.
5. Придумайте ещё несколько вариантов (своих действий) — и только потом выбирайте, как вам поступить.
6. Постарайтесь привлечь к такому выбору и ребёнка.

**Библиография:**

1. R. Kočiūnas Psichologinis konsultavimas, 1995.
2. R. Žikauskienė Raidos psichologija, Vilnius: [Margi raštai](http://www.manoknyga.lt/leidykla/margi-rastai.html), 2007.
3. Tėvystės patarimai pagal Han Spanjaard metodiką
4. Viešoji įstaiga Šeimos santykių institutas. Auklėkime pozityviai
5. Vaikų psichologinis konsultavimas, VU leidykla, 2008.
6. Некрасова З., Некрасова Н. Перестаньте детей воспитывать – помогите им расти. - ИД София, 2006.