

Неуправляемый ребенок: кто виноват и что делать?

Советы психолога о том, как помочь ребенку справиться с самим собой.

Неуправляемый ребенок не подчиняется правилам и нормам, сопротивляется просьбам взрослых, не соглашается с родителями. Почему это происходит? Поведение дошкольника, который сильно протестует, не будучи в силах (или не имея желания) управлять своим поведением, имеет начало в более раннем возрасте, при первом столкновении интересов ребенка и его обучения правилам.

Развитие психики: где начало формирования непослушания?

Впервые родитель сталкивается с бунтом ребенка еще в 1–2 года, когда родительские просьбы и правила вдруг начинают малышом отрицаться. Ребенок реагирует бурным отказом от указаний родителя, хотя еще недавно был послушным и «беспроблемным». Такой бунт необходим: он формирует зачатки собственного мнения и является частью важного этапа развития личности — сепарации от матери.

Позже, примерно в 2–3 года, у детей впервые проявляются истерики и девиз «Я сам!». Ребенок плачет, кричит, бурно настаивает на своем и отказывается от любых действий родителя. При этом желание сделать что-то самостоятельно сочетается с разочарованием в случае неудачи, иногда чувством беспомощности.

Важно: маленький человек кричит, громко и сильно выражает свое мнение, но самостоятельно остановиться и тем более анализировать свое поведение не способен. Он поглощен процессом, а не целью и ее достижением.

За самоконтроль отвечают лобные отделы головного мозга, которые полностью развиваются только к 12–15 годам, и темп их развития индивидуален. Можно сказать, что в раннем детском возрасте они недостаточно развиты для саморегуляции поведения. Поэтому ребенку в таких случаях помогает присутствие спокойного взрослого. Только он может успокоить бунтаря, мягко настаивая на своих правилах без агрессии, чем поможет ему справиться с порывом эмоций.

Когда начать знакомство с правилами

С 2–3 лет наступает время, когда для родителя важно начать и поддерживать отстаивание своих правил поведения в обществе (семья — это тоже общество). Правила должны быть обязательно. Только их соблюдения следует добиваться без подавления ребенка, без агрессии в его адрес. Это должны быть заранее известные ребенку нормы, на выполнении которых взрослый настаивает, не меняя их обязательность в зависимости от, к примеру, своего настроения. Таким образом закладывается основа способности ребенка к внутреннему управлению собственным поведением, а поведение самих родителей формирует модель внутреннего отношения к правилам.

Родительская стратегия «не обращать внимания на истерику» опасна: она приводит к тому, что у ребенка не закладывается понимание и осознание правил, норм, морали.

У детей, не сталкивающихся с ограничениями, встречающих со стороны родителей лишь потакание всем своим желаниям при полном отсутствии необходимости соблюдения правил, растет огромная тревога: ведь правила существуют и для того, чтобы маленький человек почувствовал себя под защитой сильного (и доказавшего свой авторитет) взрослого.

В противном случае неуправляемое и ничем не ограниченное поведение ребенка в более старшем возрасте (дошкольника) будет направлено на затянувшееся выяснение вопроса о власти — кто кого победит в битве «Я хочу».

Иными словами, если ребенок-дошкольник не умеет управлять своим поведением в вопросах правил и норм, это сигнализирует о том, что он не может удержать свой поведенческий импульс. Если к 4 годам (и тем более в старшем дошкольном возрасте) в поведении ребенка можно заметить отказ от сотрудничества с другим взрослым, например, учителем, врачом, это говорит о том, что в отношениях в первой паре в жизни человека «родитель — ребенок» существует диссонанс. А к этому возрасту вопрос власти в ней уже пора решить, и затянувшееся неуправляемое поведение сигнализирует о том, что этого не произошло.

Важность фигуры отца

Отец помогает ребенку решить для себя важные вопросы про власть и подчинение правилам. Через уважение в этой паре, подчинение сильной

воле родителя в одном и имея возможность «добрать» проявление своей инициативы и желаний в чем-то другом, в сознании ребенка формируются границы поведения. В этот период страх по отношению к своему отцу не является каким-то отклонением или нарушением (если проходит к школьному возрасту). Именно папа показывает ребенку, кто главный в их паре, и отношения с ним формируют уважение к правилам. В неполных семьях этот вопрос решается более сложно, так как мама не может одновременно выполнять обе родительские функции. Но психика ребенка гораздо гибче взрослой, и он может хотя бы частично восполнить отсутствие отца с помощью других мужчин в своем близком окружении, например, дедушки.

Таким образом, в основном неуправляемое поведение детей связано с их отношением к правилам — малыш должен усвоить, можно ли их нарушать и что произойдет в случае их несоблюдения. Тут многое зависит от родительской реакции на проявления ребенка.

Спокойное, твердое и уважительное отношение родителя к выполнению правил, соблюдению границ помогает естественным образом сформировать внутри ребенка нормы поведения и морали.

Что еще может сделать ребенка неуправляемым

1. Поведение родителей. К примеру, если сами родители часто не сдержанны, склонны к крикам и проявлениям истерик. Ребенок видит пример для подражания и искренне не понимает, почему родителям можно, а ему нельзя несдержанно вести себя. Кроме того, это порождает у ребенка тревогу: он остается наедине со своими чувствами и аффектами и еще быстрее теряет контроль и саморегуляцию.
2. Чрезмерный контроль родителей при волевом характере у ребенка. В этом случае при помощи истерик и непослушания может выражаться проверка границ дозволенного, бунт против подавления самостоятельности маленького и сильного человека.
3. Серьезная травматичная история в раннем детстве. Большое горе, с которым ребенок справился, собрав все свои душевные силы и потратив часть энергии на собственное развитие, может давать о себе знать и вызывать волну агрессии и истерик. На первый взгляд, бунт направлен на границы и правила, но глубоко внутри это следствие огромной тревоги и невозможности опереться на кого-то. Этот сценарий встречается в семьях с приемными детьми.

Как помочь ребенку, который не умеет собой управлять

1. Вовлечь в процесс воспитания ребенка его отца. Через общение, совместные игры и дела дети учатся иерархии и подчинению.
2. Проговаривать с ребенком чувства и эмоции, которые он испытывает, связывать его поведение и возможную причину возникновения протеста. Сохранять спокойствие и доброжелательное отношение, контейнировать (то есть быть способным выдерживать) чувства, эмоции, действия ребенка, создавая тем самым опору для него самого.
3. Для развития контроля поведения ребенка важно давать ему свободу выражения, поддерживая и помогая малышу по его запросу, — это стимулирует развитие лобных отделов головного мозга. Взрослому важно оставаться для ребенка тем, к кому можно прийти за помощью или советом. Позиция родителя «присутствие без вмешательства» дает опору, но не отнимает инициативу.