
Приучайте ребенка вас слушать и слушаться

У умных родителей - веселые, умные и послушные дети. Более того, умные и любящие родители об этом заботятся: заботятся о том, чтобы дети были не только умными, но и послушными. Это кажется очевидным: если вы хотите приучать ребенка к хорошему, вначале его нужно приучить к тому, чтобы он вас элементарно слушался.

Вы говорите ребенку: «Нужно умыться» или «Помой руки!», а он вас не слушается. Вы напоминаете, что пора оторваться от компьютера и сесть за уроки, он недовольно морщится: «Отстань!» - Конечно, это непорядок.

К сожалению, обычные дети давно привыкли, что родителей можно не слушать: мало ли что они говорят! И дело здесь не в детях, а в нас, в родителях, когда мы важные для нас вещи говорим детям как-то не всерьез, не обращая внимания, слушают нас дети или нет, когда мы свои требования выставляем неубедительно. Ваши просьбы должны быть спокойными, но четкими распоряжениями, звучать весомо и сопровождаться контролем. В Университете практической психологии я даю студентам несколько хороших заданий на отработку правильных интонаций для взаимодействия, в том числе, с детьми. Ребенок должен знать, что ваши слова не пустышки, и если вы предупредили, что не убранные игрушки выбрасываются, они действительно исчезают. Если родитель обращается к ребенку с просьбой уверенно, зная, что у него есть рычаги влияния, на такую просьбу ребенок отреагирует.

Но дело не только в правильных формулировках и рычагах влияния, в деле налаживания отношений с ребенком есть еще одна важная хитрость, а именно - есть ли у вашего ребенка ПРИВЫЧКА вас слушаться. "Слушаться или не слушаться родителей" - это определяется не только тем, что и как говорят родители, это определяется еще и просто привычками ребенка. Есть дети, у которых привычка бездумно слушаться всех, а есть дети, у которых привычка так же бездумно не слушаться никого. Слушаться "всех" или "никого" - одинаково плохие привычки, а вот привычка слушаться избирательно, а именно СЛУШАТЬСЯ

РОДИТЕЛЕЙ - отличная привычка! У ваших детей должна быть привычка быть внимательным к тому, что вы говорите, привычка делать то, о чем вы их просите. Приучите вашего ребенка вас слушать и слушаться, и у вас появится ваш родительский авторитет, у вас появится возможность воспитать из вашего ребенка развитого и думающего человека.

Сложно ли добиться, чтобы у ваших детей появилась такая привычка? Много зависит от возраста: подростка приучить слушаться родителей – сложно, для многих мам почти нереально (папы чаще силовики и поэтому проще решают эти вопросы), а выработать такую привычку у маленького ребенка - задача решаемая. В принципе, чем раньше вы начнете вырабатывать у вашего ребенка привычку вас слушать и слушаться, тем вам будет проще.

Самый простой метод, который вам в этом поможет, это метод "Восемь шагов". Идея его в том, чтобы приучать ребенка вас слушаться, начиная с самых простых, элементарных вещей, и очень постепенно, методично переходить шаг за шагом к вещам более трудным. От простого - к сложному. Вначале делаем то, что получится у любого родителя с любым ребенком, затем добавляем немного, потом еще немножечко - и так проходим большой путь от ребенка естественного до ребенка воспитанного, который уже понимает, что людей любящих и более опытных, чем он - слушаться правильно.

Возраст, в котором алгоритм «Восемь шагов» работает наилучшим образом - от 2 до 12 лет. После 12 лет воспитанный ребёнок должен уже стать вашим другом и помощником, вы осуществляете уже не столько его воспитание, а помогаете ему в его самовоспитании, помогаете ему лучшим образом решать встающие перед ним жизненные задачи.

А теперь к делу. Что это за шаги?

Шаг 1: Пристройка.

Как говорил Король из сказки Антуана Сент-Экзюпери "Маленький принц", управлять восходом солнца легко, нужно только знать, когда восход происходит. Скажите в нужный момент: "Солнце, поднимайся!", и вы станете властелином восходящего солнца... Также и ребенок: если ребенок вас пока не слушается, он все

равно что-то делает. Идите от того, что есть, пристраивайтесь к тому, что он делает, и направляя его активность в нужную вам сторону.

Ребенок бежит, вы ему кричите: "Молодец, быстрее, быстрее!" - он радостно добавляет скорости.

Сели за стол, вы знаете, что ребенок любит, к чему он все равно будет тянуться. Опередите его: "Бери свои любимые хлебцы!" Вы сказали - он взял.

Маленький Никита любит хлопать в ладошки. "Как Никита хлопает в ладоши? - Умница, Никита! А теперь, Никита, покажи как гудит машина! ... Замечательно!" - вы приучаете его делать то, что вы ему говорите. Ему полтора года, и он уже приучается вас слушать и слушаться.

Не можешь справиться - возглавь. Не можете (пока) управлять поведением ребенка - пристраивайтесь к тому, что он все равно делает, и что хочется делать ему самому.

Шаг 2: Приручение: приучить приходить, когда зовут.

Вы знаете, что такое "привадить"? Рыбак кидает в речку подкорм - приваживает рыбу. Когда древний человек решил приручать диких собак, он также начинал с приваживания, потом начинал их подкармливать, после - поглаживать, а постепенно приучил их подбегать к нему, когда он их зовет. А вы своих детей уже приручили? Они прибегают к вам, когда вы их зовете? Если ваши дети - еще дикие, начинайте, как древний человек, с их приручения.

Ваш ребенок любит хрумкать яблочки или грызть печеньки: ваша задача сделать так, чтобы доступ к этим сладостям был не свободным, а только через вас. В вазочке этого нет, а вы ребенку это дать можете. Теперь вы не дожидаетесь, пока он начнет у вас кланчить, а сами, выбрав хорошее время, объявляете: "Кто хочет вкусное яблоко, быстро бежит ко мне!", "Печеньки, печеньки, вкусные печеньки для послушных детишек". Дети бегут, вы их угощаете и гладите по головке: "Молодцы, как вы быстро прибегаете к маме!". Вот охота и состоялась - вы уже приучаете

детей приходить к вам, когда вы их зовете.

Приваживайте к себе вашего ребенка - и хвалите его, когда он к вам приходит! Привадой может быть не только еда, а все, что нравится ребенку: и выдавить крем на торт, и порезать хлеб, и время, когда вы можете поиграть с ребенком в игры, которые он любит. "У мамы есть пять минут! Кто быстро прибежит, может с нею поиграть в жмурки!". Важно: если ребенок прибегает, вы это подкрепляете: даете приваду и хвалите. Если ребенок не торопится прибегать, приходит потом и требует, вы приваду не даете: "Всё! Всё уже кончилось!", но подсказываете: "Когда мама зовет, надо прибегать быстро!". Приучайте ребенка выполнять ваши просьбы, подкрепляя это радостью.

Шаг 3. Спокойное присутствие и формат.

Маленькие дети вас не слушаются не потому, что они вас не уважают, а потому что они никогда не умеют слушаться. И себя не умеют слушаться. Ими владеет их тело, а они своим телом не владеют. Что делать? Учить их владеть своим телом.

Ваш ребенок должен научиться спокойно стоять и сидеть, не кривляясь телом и держа выражение лица. Этому учат тренеры на танцах и в спортивных секциях, учителя в хороших школах, дорогие гувернантки и папы с армейской закалкой в семьях.

Многие вещи ребенок может усвоить через игры: "Замри!" (половина детей замирает, другая половина пытается их рассмешить. Кто рассмеялся - проиграл!).

Шаг 4. Учимся договариваться.

Ваш ребенок будет разумным, а не капризным существом, если вы будете его приучать разумом пользоваться. А для этого не пожалейте время, объясняйте ребенку, что хорошо и что плохо - и учите его договариваться. Можете пробовать разумно разговаривать с ребенком даже в два года, а если вашему ребенку уже три годика - это уже обязательно. Учите ребенка договариваться и выполнять договоренности!

Вы с ребенком на детской площадке, вам пора уже уходить, а ребенок уходить не хочет, ему хочется играть еще. Просто скомандовать? - Ребенок может начать протестовать ревом. Что делать? Договариваться. Первая договоренность - перед тем, как

прийти на детскую площадку. "Ты хочешь пойти на детскую площадку, но долго мы играть там не можем, мне нужно будет вернуться домой, готовить обед. Ты обещаешь мне, что когда я скажу что нам пора, ты не будешь плакать, а попрощаешься со всеми детьми и пойдешь со мной домой? Ты меня не удержишь?" Второй разговор - когда вам пора уходить. Скорее всего, ребенок начнет ныть: "Мам, я еще немного!". Тут ваша задача спокойно отрезать его от играющих и обсудить, как в такой ситуации вести себя правильно. "Если обещал, что не будешь ныть и плакать, когда нужно идти домой - ныть и плакать нельзя. Иначе как же тебе будут верить в следующий раз?"

Тут важно, чтобы уважение к договоренностям поддерживали все близкие взрослые, позиция одна: "Договорились - нужно выполнять. А кто не выполняет договоренности - тот нарушитель, каприза и маленький, ничего серьезного ему разрешать нельзя". Мы договариваемся и не капризничаем.

Шаг 5: Нет капризам.

Послушный ребенок не только ДЕЛАЕТ то, о чем вы его просите, он еще ПЕРЕСТАЕТ ДЕЛАТЬ то, что вам не нравится. Ребенок пробует бороться с волей родителей через свои капризы и истерики, и ваша задача на этом шаге - перестать на них как-либо реагировать. Приучайтесь делать свои дела, не реагируя на капризы ребенка - в тех случаях, когда в своей правоте уверены вы сами и знаете, что вас поддержат все.

Вы все торопитесь на поезд, собираете вещи. В этом случае капризы ребенка "Ну поиграй со мной!" будут легко проигнорированы всеми, включая бабушек. Приучайте ребенка к тому, что есть дела важные. Приучите ребенка к слову: "Это важно". Если вы присели перед ним и, глядя ему в глаза, держа его за плечики, спокойно и твердо говорите: "Взрослым сейчас нужно собираться, а поиграем мы с тобой попозже. Это важно!" - то скоро ребенок начнет вас понимать. Это - важно!

Шаг 6: Требования.

Ваш ребенок уже быстро прибегает к вам, когда вы его зовете с чем-то вкусненьким, перестал капризничать и уже не устраивает истерик. Как правило, он сделает то, о чем вы его попросили, но

он еще не привык к тому, что вы можете от него что-то всерьез требовать. Просьбы - мягкие, а требования - жесткие и обязательные. Вот прямо так и слушаться? На этом шаге снова действуйте последовательно, но аккуратно, вначале требуйте минимум и только тогда, когда вас поддержат все.

Ребенок уже достаточно подрос, чтобы... Чтобы не отнимать игрушку у чужого ребенка, чтобы поднять упавшую варезку самому, чтобы положить кашу себе в рот самостоятельно... - Всегда ищите те моменты, когда ваши требования будут поддержаны всеми окружающими, чтобы даже бабушки хотя бы промолчали.

Если ваших требований на ребенка многовато, если он не успевает за вашими многочисленными требованиями, либо вы не имеете поддержки окружающих - не давите. Как и политика, воспитание - искусство возможного. Сам Наполеон учил своих полководцев: "Отдавайте только те приказы, которые будут выполнены".

Тем не менее, постепенно убирайте приваду как нечто обязательное, начинайте звать ребенка уже без того, чтобы наградить его чем-то вкусным. Ребенка уже пора приучать к тому, что если мама (тем более папа) его зовут, нужно приходить просто потому, что его позвали. Если он сразу не идет - повторили, но добились. А теперь обратили его внимание на то, что вам пришлось его ждать, и попросили приходить, когда мама зовет. Не надо ругаться, просто скажите: "Когда мама зовет, надо приходить сразу!", - и поцелуйте! Потихоньку ваш ребенок начнет это усваивать.

Шаг 7: Обязанности.

Требования - разовые, а обязанности - это система постоянных требований к ребенку. Пришла пора приучать ребенка к тому, что у каждого члена семьи есть свои обязанности, и он должен участвовать в семейных делах наравне с мамой и папой. Объяснив это ребенку, начинайте уверенно давать ему задания, но и здесь действуйте постепенно: пусть вначале выберет себе обязанности по силам, пусть он делает то, что ему несложно или тем более даже немного хочется.

Это шаг, более трудный для мам, чем для ребенка. Мамам очень хочется сделать все самим и не напрягать ребенка. Так вот, уважаемые мамы и в принципе родители, позаботьтесь о том, чтобы у ребенка всегда были дела, которые ему нужно делать по вашей просьбе. У ребенка не должно затухать понимание, что у него есть задания, и он это делать должен. Убрать за собой постель, унести за собой чашку, помыть посуду, сбежать в магазин - скорее всего, вам все это проще и дешевле сделать самостоятельно, но вы - воспитатели, поэтому ваша задача удержать себя, не делать это самим и каждый раз поручать это ребенку.

Вначале ребенку приходится напоминать о его обязанностях, через какое-то время обязанность помнить должна уже лечь на самого ребенка. Помнить о своих обязанностях - тоже обязанность ребенка!

Шаг 8: Самостоятельность.

Когда ребенок уже знает, что такое обязанности, приходит пора приучать его к самостоятельности. Умение подчиняться - основа умной самостоятельности. Самостоятельность послушного ребенка в том, что вы можете уже давать ему трудные задания в уверенности, что он их выполнит вполне самостоятельно, без вашей помощи и подсказок. Это уже не просто "Сходи в магазин" или "Выносить ведро - твоя обязанность", а "Собери все вещи, которые будут тебе нужны в походе", "Бабушке нужно помочь на даче вскопать огород", "Заболел зуб? Звони в поликлинику, узнай когда врач, сходи и вылечи зубы". Как обычно, не все будет складываться сразу, вначале ребенок будет нуждаться в ваших подсказках, помощи и поддержке, но чем чаще он начнет успешно справляться с трудными поручениями, тем быстрее у него проснется вкус к самостоятельности. Итак, двигайтесь от простого к сложному, от подсказок плотных, частых и конкретных к подсказкам редким и общего плана, и таким образом постепенно переходите ко все более трудным и самостоятельным заданиям, в основном на самом позитивном фоне, с мелкими нерегулярными подкреплениями и редкими крупными.

В идеале, если вы куда-то уедете на относительно длительный

срок, ваш ребенок должен уметь жить без вас без больших проблем. Он уже - самостоятельный!

Шаг 9: Ответственность.

Ну вот, остался последний шаг: ответственность. Женщины не очень любят слово "ответственность", им ближе "заботливость", однако между этими словами есть разница: заботливый человек платит только стараниями и душой, а ответственный за свои ошибки платит реально. Если вы поручаете ребенку ответственное дело, за это, в случае прокола, придется расплачиваться или ребенку, или вам. Но дети растут, приходит пора знакомить их с ответственностью, и вы теперь поручаете ребенку не просто дела, а ответственные дела: те, за которые нужно отвечать перед другими людьми или, просто, за ошибки расплачиваться.

Вы поручили ребенку расставить на столе дорогой сервиз. Или - положить деньги в банк. Или - привести маленькую сестренку из садика... Не разобьет? Не потеряет? Не забудет?

Берясь за ответственное дело, ребенок уже знает цену ошибки, и относится к поручению ответственно: все продумает, запомнит, проследит и проверит, а по итогам вам обязательно доложит.

Когда ребенок научится и этому, вы можете гордиться - перед вами уже взрослый человек. Вы - воспитали взрослого, ответственного человека! Помните, а начиналось все с тихих, аккуратных пристроек к совершенно непослушному ребенку?

Конечно, и после этого никто не пообещает вам, что ваши дети станут ангелами и никогда вас не ослушаются. Возможно всё, наши дети слушаются нас не всегда. Воспитание - чрезвычайно сложный и ответственный процесс, который желательно сделать интересным, а не тягостным и мучительным.