

КАК ЗАСТАВИТЬ РЕБЕНКА ДЕЛАТЬ ТО, ЧТО ОН НЕ ХОЧЕТ

Послушный ребенок – мечта родителей. Но, к сожалению, мир, в котором мы живем, далек от идеала, а дети далеко не всегда готовы беспрекословно выполнять требования взрослых, поэтому и приходится заставлять их делать то, что им не хочется.

Можно ли взрослым настоять на своем без криков и ссор? Оказывается, можно, если использовать некоторые психологические стратегии. Разумеется, речь идет не о тотальном манипулировании ребенком, превращающим его в марионетку, а о небольших хитростях, которые позволят добиться послушания и сохранить в семье здоровый микроклимат.

Выбор между плохим и не очень

Психологи называют этот прием созданием ложного выбора. Например, если ребенок не горит желанием помогать родителям по дому, а на просьбы либо отвечает протестом, либо и вовсе их игнорирует, предложите ему следующее: «Что тебе больше хочется – пропылесосить ковер или навести порядок в своем шкафу?» Понятно, что оба эти занятия ему не особо нравятся, но ваш вопрос создаст у него иллюзию свободного выбора, а значит, у вас не будет повода для конфликта.

Маскировка вашего требования под желания ребенка

Многим родителям до боли знакома ситуация, когда ребенок за столом категорически не хочет есть полезные блюда и требует чего-то вкусенького. В некоторых семьях это превращается в ежедневное противостояние, доходящее до криков, слез и наказаний. Из этих неприятностей можно избежать, если не настаивать на своем требовании, а замаскировать «невкусный», с точки зрения ребенка, продукт под его любимое блюдо. Он отказывается от манной каши, но любит творог? Приготовьте ему сырники. Подобных «обманчиво-вкусных» и полезных рецептов много – их можно легко найти в интернете.

Нередко в семье возникают конфликты из-за того, что ребенок не хочет выполнять какую-то рутинную работу по дому. Здесь можно включить фантазию и превратить скучное занятие в веселую игру. Детям очень нравится элемент соревнования – используйте его, предложив, например, игру «Кто первый заправит постель» или «Кто быстрее соберет игрушки». Не забудьте назначить для победителя небольшой приз, пусть даже чисто символический – это станет для ребенка хорошим стимулом.

Выполнение условий

Этот метод часто и довольно успешно используется многими родителями, поэтому мы не будем останавливаться на нем подробно, а просто обозначим его алгоритм: «Хочешь конфету – сначала съешь суп» или «Сначала сделай домашнее задание, а потом пойдешь гулять». Добавим только, что, если вы поставили ребенку условие, необходимо проконтролировать, чтобы ваше требование было выполнено и, конечно, желание ребенка тоже.

Заслуженная похвала или выигрыш

Если ребенок выполнил вашу просьбу вопреки своему желанию, обязательно похвалите его. Даже если у него не все получится идеально, все равно отметьте его старание и объясните или покажите, как это исправить. Это станет для него своеобразной психологической установкой: «Выполню просьбу родителей – меня похвалят». А положительный эмоциональный настрой важен для всей семьи: в следующий раз, когда вы попросите ребенка помыть посуду или подмести пол, он сделает это без пререканий.

Если вы в ежедневных бытовых работах используете момент игры или соревнования, дайте ребенку возможность выиграть. Например, утренние сборы в детский сад или школу можно превратить в веселое соревнование «Кто быстрее оденется». Понятно, что ребенок сделает это медленнее, чем взрослый, но лучше вам специально немного «замешкаться», чтобы малыш победил в этом шутовском состязании.

Дети очень любят выигрывать и побеждать, поэтому дайте вашему ребенку почувствовать себя победителем, чтобы он получил положительные эмоции от занятия, которое ему не нравится. Тогда в дальнейшем вам не придется его уговаривать или заставлять одеваться – он будет делать это по привычке и с удовольствием.

Эмоциональное воздействие

Манипулирование детскими эмоциями – конечно, не лучший метод, но иногда он срабатывает лучше других. Если, например, простудившийся ребенок не хочет принимать лекарства, можно сказать ему, что при отказе от лечения ему придется очень долго лежать в постели и скучать одному дома, пока другие дети гуляют и играют на улице. Страх длительного одиночества пересилит нежелание пить таблетки и микстуры, и ребенок, пусть и неохотно, но выполнит ваше требование.

Этот же метод можно использовать, если ребенок проигнорировал вашу просьбу. Например, вы попросили его убрать с пола игрушки, а он не послушался и пошел смотреть мультики. Сделайте вид, что вы споткнулись об игрушку и ударились: «Вот видишь, ты не убрал игрушки, и теперь у меня болит нога».

Ребенок обязательно отреагирует на ваши слова, испытает стыд за свое непослушание и постарается исправить ситуацию.

Однако такое манипулирование следует использовать очень осторожно, так как дети обладают высокой эмоциональной восприимчивостью, а их психика еще очень ранима. В большинстве случаев бывает достаточно первых четырех способов, чтобы добиться от ребенка того, что вы хотите.