

# Неуважительное отношение детей к родителям

Как исправить ситуацию?

### Важно:

Последствия поступка – это не наказание. **Наказание** – это приказание, при котором у человека нет выбора, что делать. **Последствия** – это договорённости, которые обсуждаются заранее, или логичное последствие поступка. Например: «Если ты не сядешь ужинать сейчас, то у тебя не хватит времени посмотреть мультик после ужина. Ты же помнишь, что в 8 часов мы выключаем телевизор и начинаем готовиться ко сну?»

Если ребенок настаивает на своем, родитель должен напомнить ему о том, что он сделал и стоять на своем, чтобы ребенок мог ощутить последствие его поведения на себе и сделать вывод: так поступать нельзя.



### Что же делать?

- Важно найти источник проблемы. Это может быть плохое самочувствие ребенка, проблемы в школе, подростковый кризис, в котором находится ребенок.
- Если родитель нашел источник проблемы, важно понять, что с этим можно сделать – поддержать ребенка в кризисе, уделять ему больше внимания, проводить больше качественного времени с ним, помочь разобраться со школой или отношениями с друзьями.
- Родителям необходимо выстроить границы для того, чтобы дать понять ребенку, что так с ними нельзя.
  - Можно произнести следующие фразы:
    - «Когда ты будешь поступать неуважительно по отношению ко мне, я выйду из комнаты. Когда ты успокоишься, я готов(а) буду тебя выслушать».
    - «Очевидно, ты сейчас расстроен. Мне неприятно, когда ты разговариваешь со мной так. Мы можем поговорить позднее об этом, когда оба успокоимся».
    - «Очень жаль, что ты так говоришь, я готов(а) тебе помочь, когда ты выразишь свою просьбу по-другому».
    - «В нашей семье никто не грубит другому (не кричит, не обзывается)».

### Что же делать?

- После того, как была произнесена одна из этих фраз, родителю важно дать понять ребенку, что он настроен серьезно и введет это правило в их отношения. Если родитель говорит, что уйдет из комнаты, значит он уйдет. Если он говорит, что в семье никто не грубит другим, значит, ему самому следует быть внимательным к своей речи, интонациям, словам.
- Ребенок может (и будет!) проверять это правило на прочность. Потребуется время и терпение для того, чтобы это правило «прижилось» в семье, стало одной из ценностей семьи.
- Если ребенок продолжает проявлять грубость, кричит, бойкотирует просьбы, не слышит фраз родителя, родителю необходимо начать вводить последствия. Это могут быть разного рода ограничения, лишение привилегий.

### Что же делать?

Когда ребенок говорит, что ненавидит своих родителей, кричит на них, отказывается помогать, ругается, это, естественно, возмущает родителей.

- Обратите внимание: это может происходить в каких-то конкретных ситуациях. За этим поведением могут стоять обида, злость на родителей или какие-то ситуации вне дома. Важно разобраться, что произошло до того, как ребенок произнес эти фразы, какие чувства он мог испытывать, какая ситуация этому предшествовала.
- Не стоит отвечать: «Нельзя так говорить родителям!», «Прекрати так себя вести!». Это запрет на чувства ребенка, их неприятие и обесценивание. Услышав это, ребенок почувствует себя непонятым.
- Если вы знаете, что были в чем-то не правы, дайте ребенку почувствовать это. «Я тебя обидел? Извини, пожалуйста. Я не хочу обижать тебя, и не хочу быть обиженным тобой. Может, мы попробуем по-другому?». Когда ребенок чувствует себя понятым и принятым, ему легче услышать родителя и наладить отношения.