

# Упрямый ребенок

Как правило, каждый взрослый вкладывает в понятие «упрямство» свое понимание. В нем как будто уже содержится некоторый отрицательный оттенок, недовольство поведением детей, которых называем упрямыми. Довольно часто мы смешиваем понятие настойчивости (целеустремленности) и упрямства. И в этом случае своими действиями, реакциями мы можем затруднять развитие самостоятельности, инициативности ребенка, а эти качества важны для будущего наших детей.

У каждого индивида свой запас терпения и спокойствия, поэтому одинаковое поведение детей для одних может быть невыносимым, а для других – просто доставляющим мелкие неудобства. И, конечно, упрямство может раздражать, и утомлять, и обижать, и злить, и огорчать. Особенно вероятно возникновение такого рода чувств, когда дети в своей настойчивости и «упёртости» не считаются ни с интересами, ни с возможностями взрослых, ни с требованиями ситуации (например, на улице холодно, а ребенок категорически не хочет надевать шапку).

**Упрямство** – это доступная для ребенка форма заявления о себе, о своих желаниях, чувствах. Осознавать свои желания и выражать их в понятной для окружающих форме – непростая задача для ребенка.

Ситуации проявления детского упрямства сложны еще и потому, что в них есть нечто, что вызывает у взрослых очень сильную эмоциональную реакцию. Часто мы бываем столь сильно вовлечены эмоционально в ситуации, где проявляется упрямство детей, что уже не можем спокойно проанализировать их, найти какое-либо здоровое, разумное решение. Что делает эти ситуации столь сложными для взрослых и особенно для родителей? Возможно, дело в том, что в детском упрямстве многие взрослые усматривают вызов собственной компетентности воспитателя, угрозу своему авторитету в глазах ребенка. И именно это обстоятельство подогревает наше желание бороться с упрямством. Когда все силы направлены на борьбу, очень трудно разобраться в причинах того, почему ребенок ведет себя подобным образом. В этом случае появляется опасность потерять из виду самого ребенка, потому что все внимание сосредотачивается на целях, которые взрослый ставит перед собой. Цели могут быть самыми разными, например: «Я должен заставить ребенка понять, что родителей надо слушаться», «Я докажу, что я сильнее» (умнее, старше и т.д.). цели разные, но в них есть общая черта: ребенок становится средством их достижения. Когда взрослые, стремясь доказать свою компетентность, упорно настаивают на своем, то в этом пресловутое упрямство проявляется не меньше, чем у других детей. Таким образом, получается замкнутый круг, где упрямое поведение одного человека порождает и поддерживает подобные реакции у другого.

Часто дети воспринимают борьбу с их упрямым поведением как борьбу с ними самими, они могут чувствовать беспомощность, ненависть, грусть, жалость к себе, обиду, злость, страх. У ребенка в этот момент могут возникать

разные желания: пошалить еще, ударить родителя, сломать что-либо, убежать и спрятаться, плакать, кричать.

Чаще всего за детским «не хочу» прячутся либо какие-то опасения, страхи, либо определенные желания ребенка. Если это опасения, то он, прежде всего, нуждается в поддержке и, получив ее, вероятно, сможет с помощью родителей преодолеть свое «не хочу», которое в этом случае скорее означает «не могу».

## Как вести себя с ребенком, который упрямится

- Упрямство возникает на фоне постоянного стресса, в условиях которого вынужден находиться ребенок. Стимуляторами стрессового состояния могут стать постоянные конфликты в семье, непоследовательное воспитание ребенка, а также перестановка семейных ролей (например, когда мать вынуждена играть в семье роль мужчины или воспитанием ребенка занимается бабушка).
- Постарайтесь, чтобы ваша любовь не обернулась вседозволенностью и безнадежностью. Установите четкие рамки запретов (желательно, чтобы их было немного – лишь самые основные). Строго придерживайтесь установленных запретов и разрешений.
- Не фиксируйте внимание на упрямстве, «не помните зла».
- Не забывайте хвалить ребенка, когда он этого заслуживает.
- Не относитесь к ребенку предвзято. Предъявляйте разумные требования, соответствующие его возрасту.
- Не соглашайтесь с ребенком только ради того, чтобы он от вас «отстал».
- Прежде чем обвинять ребенка в упрямстве, подумайте: а не проявляете ли вы упрямство сами? Часто упрямство ребенка становится реакцией защиты на чрезмерное упрямство родителей. Не будьте слишком властны по отношению к ребенку!
- Постарайтесь увлечь упрямого ребенка игрой – таким образом вы сможете победить то или иное проявление упрямства, не ущемив детского самолюбия. Ребенок должен выполнить ваше требование с мыслью, что оно совпало с его желанием.
- Чаще ставьте себя на место ребенка и смотрите на мир «его глазами».
- Предоставьте ребенку право выбора. Например, вы собрались идти на прогулку, не следует спрашивать его хочет ли он идти гулять, если вы заранее знаете ответ. Поинтересуйтесь, хочет ли он пойти гулять в парк или во двор, хочет ли он надеть на прогулку ту или иную одежду.
- Старайтесь не создавать ситуаций, в которых была бы возможность для проявления упрямства ребенка.
- Играйте вместе с ребенком – это улучшает взаимоотношения
- Не используйте силовых методов, не показывайте своего морального и физического превосходства – таким образом вы разовьете у ребенка комплекс неполноценности, ожесточенности его.