

К О Н С У Л Ь Т А Ц И Я
на тему: «Детское упрямство»

**Педагог-психолог
Константинова О.Б.**

В понятие «упрямство» каждый взрослый вкладывает свой смысл, но, как правило, это слово употребляется с негативным оттенком. Упрямство может раздражать, злить, утомлять и огорчать родителей. Особенно тяжело, когда ребенок не считается ни с интересами, ни с возможностями взрослых, ни с требованиями ситуации (например, если на улице очень холодно, а ребенок категорически отказывается надевать шапку).

Одной из причин упрямства может быть возрастной кризис. В процессе воспитания ребенка выделяются три таких кризиса: трех, семи лет (предшкольный) и подростковый. В эти периоды желание делать все по-своему, самостоятельно столь велико, что любые действия взрослых, препятствующие этому, вызывают реакцию протеста. Девиз ребенка: «Я сам. Я так хочу!» Как будет протекать кризис, зависит не только от действий взрослых, но и от индивидуальных особенностей ребенка. Кризис может развиваться бурно и надолго затягиваться, портить отношения между родителями и ребенком, либо, он протекает тихо и спокойно, в довольно мягкой форме. Как показывает практика и многочисленные психологические исследования, возрастные кризисы проходят мягче в тех семьях, где к ребенку проявляют уважение, интересуются его мнением и время от времени предоставляют право выбора.

Иногда упрямство ребенка может быть спровоцировано чувствами обиды, злости, гнева в адрес родителей. В этом случае оно выступает инструментом мести, привлечения внимания. Это свидетельствует о реальной проблеме общения, существующей в семье. Например, родители очень заняты и уделяют ребенку мало времени. В результате ребенок своим поведением как бы сообщает: **«Мама, Я ХОЧУ, чтобы ты меня одела!»; «Папа, Я ХОЧУ, чтобы ты меня покормил»** и т. д. Конечно, в проявлении упрямства необходимо учитывать характер, темперамент, психофизиологические особенности ребенка.

Родители достаточно часто обращаются с жалобами на упрямство ребенка к психологу детского сада. Вообще, как показывает практика, успех консультирования зависит от их желания сотрудничать. Это выражается в том, что они находят возможность прийти на встречу, рассказать о проблеме, рассмотреть ее с разных сторон, осмыслить и принять, выслушать точку зрения и рекомендации педагога-психолога, применить их в реальной жизни. Если родители сами обращаются за помощью к психологу - это значит, что они видят и осознают существование проблемы, но как показывает опыт, многие родители, обратившиеся к психологу, видят причину только в ребенке («с ребенком не все в порядке»), но не видят других истоков проблемы (например, неправильное взаимодействие с ним, собственные

амбиции). По-видимому, в этом проявляется основная причина проблемы - неконструктивное взаимодействие родителей и детей.

Общение с ребенком должна строиться в направлении того, чтобы родитель принял право ребенка быть таким, какой он есть, не искал в нем недостатки, признал его позицию. Необходимо, чтобы родитель увидел весь спектр причин проблемы, перестал винить в ней только ребенка или себя.

Обычно во время приступа детского упрямства силы родителей направлены на борьбу. Зачастую родители употребляют выражение: «Я устал(а) с ним (ней) бороться». Со стороны кажется, что между ребенком и родителями идет война. Слово «бороться» не означает конструктивного взаимодействия с целью разрешения конфликта. Во время любой борьбы всегда есть два противника, каждый из которых борется за собственные интересы, и обязательно есть проигравший.

Так случается, что во время борьбы сам ребенок теряется из виду, и на первый план взрослый выносит ситуацию и свой эгоизм, но не чувства и причину, которые породили факт упрямства. Цели «борьбы» взрослого обычно таковы: «Я должен заставить ребенка понять, что родителей надо слушать»; «Я докажу, что я сильнее и авторитетнее». Таким образом, детское упрямство порождает взрослое, и возникает конфликт.

Итак, понятно, какие чувства может испытывать взрослый при детском упрямстве. А что чувствует ребенок? Для этого нужно предложить родителям вспомнить себя в детстве, свои прежние чувства, воссоздать в памяти аналогичную ситуацию, когда чего-то хотелось, но не давали или запрещали. Важно, чтобы родитель проговорил вслух эти чувства. А после этого родителю следует вернуться в настоящее время и разглядеть собственного ребенка. Родители не всегда понимают, что дети часто воспринимают «борьбу» с их упрямым поведением, как «борьбу» с ними самими.

При этом ребенок может переживать грусть, ненависть, обиду, жалость, злобу и др. В этот момент он может испытывать желание действовать наперекор взрослому, ударить его, сломать что-нибудь, убежать, спрятаться, заплакать. И это вполне естественно - это защитная реакция ребенка.

Что делать родителям? Необходимо перейти к взаимопониманию. Проблему, которая звучит «Как с ним бороться?» следует переформулировать на «Как мне/нам понять ребенка и научиться правильно с ним взаимодействовать?». В конфликтной ситуации запас возможностей держать себя в руках у взрослого гораздо больше, чем у ребенка. Это объясняется физиологической незрелостью некоторых структур мозга, нервной системы, несформированностью эмоционально-волевой регуляции у детей. Родитель

должен подробнее расспросить ребенка, чего он хочет. Иногда ребенок не может подобрать слова, чтобы точно выразиться, тогда взрослому нужно предложить возможный список желаний ребенка, чтобы тот мог выбрать что-то из перечисленного.

После того как желание прояснилось (нет необходимости исполнять его сразу), нужно признать право ребенка на его желание. Когда мы чувствуем, что кто-то признает и принимает наши планы, мы радуемся, и у нас сразу возникает расположение, тяга к сотрудничеству и диалогу с принимающим нас человеком. Далее возможно конструктивное обсуждение желания. Желание бывает реалистичным, но осуществимым не в данный момент. В таком случае следует проговорить, когда и как это возможно, и обязательно определить «когда и как» конкретно. И конечно, договоренность с ребенком необходимо выполнить, иначе у него сформируется недоверие к взрослому. Безусловно, существуют невыполнимые желания: сложно остановить ветер, срочно вызвать лето и т. д. В таком случае можно поиграть с ребенком: придумать волшебную палочку, задуть ветер в коробочку, устроить дома лето, позагорать и искупаться.

Как вести себя с упрямым ребенком:

- Предъявляйте ребенку разумные требования, соответствующие его возрасту.
- Прежде чем обвинить ребенка в упрямстве, подумайте, не упрямитесь ли вы сами.
- Чаще ставьте себя на место ребенка и смотрите на мир (хотя это и очень сложно) его глазами.
- Предоставляйте ребенку право выбора.
- Старайтесь не создавать ситуаций, в которых может проявиться упрямство.
- Не используйте силовые методы - это только усугубит упрямство.
- Не соглашайтесь с ребенком, только для того чтобы он "отстал".
- Не забывайте хвалить ребенка.
- Не ведите "борьбу" с ребенком: взрослый и физически, и психически крепче, так что ребенок будет в проигрыше в любом случае; выстраивайте с ним разумное взаимодействие.
- Посвящайте ребенку больше времени и внимания, чаще играйте с ним.
- Помните: здоровый ребенок не может везде и всюду подчиняться родителям!

10 важных советов родителям:

Совет 1. Занимайтесь с ребенком регулярно, выберите направления занятий, не перескакивайте с одного вида занятий на другие

Совет 2. Не занимайтесь с ребенком, если он плохо себя чувствует или активно отказывается от занятий.

Совет 3. Начинайте занятия с любимых или простых для выполнения заданий. Это дает ребенку уверенность в своих силах.

Совет 4. Спокойно, без раздражения относитесь к затруднениям и неудачам ребенка.

Совет 5. Не ругайте, не стыдите ребенка за неудачи.

Совет 6. Терпеливо разьясняйте все, что непонятно.

Совет 7. Подбадривайте, поддерживайте ребенка в тех случаях, если он испытывает трудности или у него что-то не получается.

Совет 8. Обязательно найдите, за что похвалить ребенка во время каждого занятия.

Совет 9. Не заставляйте ребенка многократно повторять те задания, которые трудны и не получаются. В таких случаях следует вернуться к аналогичным, но более простым заданиям.

Совет 10. Учитесь видеть не только слабые, но и сильные стороны развития ребенка. Выстраивайте занятия так, чтобы ребенок мог использовать сильные стороны своего развития.

УДАЧИ ВАМ И ТЕРПЕНИЯ В ВОСПИТАНИИ ВАШИХ ДЕТЕЙ!!!