**Детское упрямство**

|  |
| --- |
| http://www.dou38.ru/br56/images/stories/kartinki/1.jpgРебенок от природы не может быть упрямым или капризным. Порой упрямство можно объяснить возрастными особенностями трех- и шестилетнего возраста. Но временные проявления возрастных особенностей всегда могут подкорректировать родители, чтобы в дальнейшем не шла речь о врожденном упрямом характере. Даже характер человека не бывает величиной постоянной, он формируется и изменяется на протяжении всей жизни. Когда мы характеризуем ребенка, как упрямого и капризного – мы говорим о последствиях ошибок в воспитании. Как нужно поступать и чего избегать, чтобы ребенок благополучно переболел упрямством?  Первые проявления упрямства не случайно обнаруживаются у совсем маленьких детей – в возрасте 2 - 3 лет. Именно в этот период у ребенка резко возрастает активность, самостоятельность, настойчивость в достижении своих, пусть даже самых незамысловатых желаний. В это время малыш уже может иметь собственное мнение, не всегда совпадающее с мнением родителей, и пытается его отстаивать. Одним из способов настоять на своём и является упрямство – первая попытка самоутверждения.  Тактика родителей в этот период должна сводиться к терпеливому и настойчивому, но мягкому по форме приобщению ребенка к правилам и нормам, принятым в человеческом обществе. От окружающих, его взрослых малыш усваивает правильные способы действий с предметами: из чашки пьют, а стучать ею по столу или сбрасывать на пол нельзя; кошку можно гладить, но нельзя дергать за хвост; книгу можно листать, рассматривать в ней картинки, но нельзя рвать и нельзя вытирать ею лужу на полу. В общении со взрослыми ребенок уясняет и первые правила поведения с людьми: можно рассчитывать на помощь взрослых, если их об этом попросить, но нельзя добиваться своего криком, плачем и т. п. Умелое поведение родителей помогает малышу научиться вести себя как положено в разных ситуациях (дома, на прогулке, в поликлинике, на приеме у врача), дает ему возможность овладеть необходимыми навыками: самостоятельно есть, одеваться, проситься на горшок и т. д.  Родителей должны тревожить причины упрямства их ребенка, и они должны всегда докопаться до их сути. Причиной упрямства может стать плохое пищеварение или тесная обувь, а ребенок не может этого объяснить, он может только покапризничать.  Упрямство шестилетних возникает в период быстрого роста и нервно-психологических изменений, вызванных переходом от детского садика к школьной программе. Дети начинают быстро уставать, переутомляться, и жаловаться на частые головные боли.  Если же упрямство вашего ребенка не попадает под возрастные особенности, то старайтесь направить детское упрямство по нужному руслу.Упрямствочасто бывает вызвано тем, что ребенок пытается себе и окружающим доказать, что он «сможет» и «у него получится». А что плохого в том, что ребенок не пасует перед трудностями и старается довести начатое до конца?  В случае, когда ребенок выработал такой стиль поведения, что всего добивается путем крика и слез, он должен получать резкий отказ со стороны взрослых. В таких случаях родители должны оставаться невозмутимыми и сдержанными. Если в такие моменты вы проявите жалость по отношению к ребенку, тот быстро поймет, где слабое звено и истерика затянется. Такие бурные сцены ребенок специально разыгрывает для родителей, в надежде добиться от них уступок. В том случае, когда взрослые идут на уступки, у ребенка вырабатывается четкий стереотип поведения. В тоже время, ребенок быстро прекращает истерику, когда видит, что рядом с ним никого нет, и никто не спешит его успокаивать.  Родителям необходимо выстраивать свои отношения с детьми так, чтобы не высмеивать их упрямство, тем самым не порождая комплекса неполноценности. Для этого нужно ребенка чаще хвалить, отмечать положительные моменты в его поведении, а дома создать спокойную обстановку, чтобы ребенок хорошо высыпался и не переутомлялся.  **В чем причина упрямства?**  Одной из распространенных ошибок воспитания, ведущих к появлению упрямства, бывает именно повышенная требовательность родителей в приучении ребенка к порядку. Усугубляется это тем, что родители «упрямых» детей почти всегда ориентированы на жесткую норму, собственное представление о том, что ребенок обязан делать и уметь, без учета его возможностей и желаний.  Причем сами они не только обладают властным, честолюбивым характером, но и отличаются мелочной пунктуальностью, не терпят никаких отступлений от своих принципов.  Они очень аккуратны и всерьез полагают, что неопрятность, которая так их раздражает, следствие злого умысла со стороны ребенка. Если даже им объяснить, что малыш еще не может в такой мере регулировать свое поведение, что его поступки определяются познавательными потребностями (исследовательская деятельность) или потребностью в движении, такие мамы скажут: «Да пусть бегает, но не падает! Пусть познает окружающий мир, только не пачкается». Естественно, что для дошкольника это почти нереально.  Таким образом, специфика личности родителей, их нежелание учитывать возрастные и индивидуальные особенности ребенка, излишняя требовательность и малая эмоциональная близость с ребенком являются наиболее частой и основной причиной детского упрямства и возникновения конфликтов в семье. Но есть и другие причины, более редкие, но тоже влияющие на появление упрямства, - биологические особенности функционирования центральной нервной системы. Родовые травмы, асфиксия новорожденных, тяжелые инфекции, перенесенные матерью или ребенком в раннем детстве, зачастую определяют известные физиологические отклонения, одним из проявлений которых может быть необоснованное на первый взгляд упрямство в раннем возрасте, а при неправильном воспитании – и в дошкольном.  В случае, когда органическая предрасположенность ребенка к тем или иным отклонениям в поведении сочетается с тем своеобразным типом воспитания в семье, о котором мы говорили, может возникнуть тяжелая, болезненная форма упрямства. Это уже невротическая реакция, справиться с которой ребенок не в состоянии сам. Без обязательного изменения семейного климата, ликвидации постоянной стрессовой ситуации победить такое упрямство и создать для ребенка и взрослых возможности для нормальной жизни не удается.  Невротические реакции такого рода могут выражаться в перевозбужденности ребенка, растущем беспокойстве, нетерпеливости, избыточной подвижности, неустойчивости внимания, неспособности контролировать свои действия. Такие дети не выносят ожидания, всегда требуют немедленного выполнения своих желаний, кричат, топают ногами, плачут «злыми слезами». Им трудно успокоиться, на все советы и замечания взрослого они отвечают еще большим возбуждением. У более спокойных детей невротическая форма упрямства проявляется противоположным образом – они очень заторможены, реагируют на замечания с большим опозданием, их все время приходится подгонять. Такие копуши раздражают родителей и воспитателей, им кажется, что ребенок нарочно копается, хотя умеет все делать быстро. Возмущаясь медлительностью ребенка, расценивая ее как непослушание, родители начинают бороться с этим всеми имеющимися в их арсенале средствами-окриками, понуканиями, угрозами и наказаниями, что обычно только усугубляет ситуацию.  Невротическая форма упрямства почти всегда результат неумеренных усилий взрослых переупрямить упрямого ребенка. А это в свою очередь может повлечь за собой расстройство речи (заикание), сна, постоянное отсутствие аппетита, двигательные нарушения (тики, подергивания), появление различных страхов и другие невротические проявления, которые уже требуют вмешательства специалистов, долгого лечения.  Стремление родителей искоренить упрямство, даже если это не приводит к невротическим реакциям, всегда является в какой-то мере источником этого упрямства и усугубляет его проявления. Упрямство свойственно детям энергичным, достаточно «сильным духом», с высокой самооценкой, детям активным, имеющим собственное мнение и способным его отстаивать (пусть не всегда удачным способом и не всегда вовремя). Есть ли смысл так настойчиво бороться с этим своеобразным проявлением независимости ребенка? Не лучше ли направить все качества, лежащие в основе упрямства, в нужное русло? Это возможно только при одном обязательном условии: уважении к ребенку.  Уважение к ребенку, даже самому маленькому, подразумевает умение и желание взрослого его понять, встать мысленно на его место, допустить возможность существования у него собственного мнения. Если ребенок упрямится, значит, его что-то не устраивает, и нужно узнать, в чем дело. Борьба же с упрямством, когда она действительно нужна, должна быть разумной, спокойной и настойчивой. Крупный советский педагог Е. А. Аркин не зря говорил: «Борьба с упрямством – это борьба за правильное воспитание, за правильную обстановку жизни ребенка... за правильное поведение взрослых, за право ребенка на самостоятельность, на уважение к нему даже и тогда, когда он делает ошибки. Не ломать надо упрямство, а направлять силы ребенка на полезные, нужные в жизни цели».  **Как его завоевать?**  Упрямые дети, как правило, довольно умные и с сильно развитым чувством Я. Такие дети не реагируют на наказания, через подобные воздействия можно получить временную реакцию, которые будут развязывать борьбу за власть. Проявление такой примитивной силы со стороны родителей это словно разрешение для детей использовать все свои интеллектуальные данные, чтобы не сотрудничать, а победить родителей. Но главная задача в другом: дети должны использовать свой интеллект, чтобы приобрести важные жизненные навыки, такие как самодисциплина, ответственность, сотрудничество, умение разрешать конфликты.  Любое поведение детей является способом общения для них. Они не владеют языком настолько, чтобы выразить словами свои мысли и чувства и, поэтому они реагируют на то, что происходит в их жизни, через свои эмоции.  Ребенок, прежде всего, испытывает состояние внутреннего конфликта, которое проявляется в виде злости и упрямства, и чтобы изменить его поведение, надо придерживаться определенной политики.  **Не спорьте с упрямым ребенком!** Вступая в дискуссию с упрямым ребенком, вы ухудшаете ситуацию. Нет смысла ругать его или пытаться изменить силой. Когда ребенок чему-то противится, он не стремится конфликтовать или противостоять родителям. Дети еще не знают или недостаточно усвоили социальные нормы и приемлемые пути решения конфликтов.  **Задавайте вопросы.** Перестаньте объяснять и уговаривать, начните задавать вопросы ребенку: «Что мы должны делать сейчас? Какие проблемы у нас будет, если ты не оденешь это платье или не будешь есть эту кашу? У тебя есть идеи, как решить эту проблему?» Если вы эти вопросы задаете в дружеском тоне, ребенок сильнее мотивирован, чтобы работать с вами, а не против вас.  **Ваше внимание**.  Чем старше становятся дети, тем выше уровень их энергии, они стремятся имитировать взрослых, повторять все интересное, запоминающееся. Кроме того, дети всегда ищут внимания своих родителей, они будут пытаться получать его либо с помощью положительного поведения, либо негативного. И если ребенок думает, что он больше владеет вашим вниманием с помощью упрямства, он будет продолжать это чаще использовать. Проводите с детьми достаточно времени и распределяйте свое внимание равноценно как на удовольствия, игры, похвалы, так и на обучение ребенка при плохом поведении.  **Поведенческие модели**.  Обратите внимание на себя. Если родители сами сердятся даже по незначительным поводам, импульсивно и резко реагируют на замечания других, то дети, скорее всего, тоже будут выражать свое эмоциональное состояние посредством гнева и упрямства. Демонстрируйте ребенку креативные методы совладания с ситуаций. Например, если ребенок отказывается убирать вещи и игрушки в своей комнате, а вы чувствуете, что не способны больше даже говорить с ним об этом, устройте соревнование на самое быстрое время по сбору игрушек (или кто больше соберет игрушек). За каждую такую уборку ребенок может получать наклейки, которые будут накапливаться на доске, и 10 наклеек это приз (поход в кино, в гости, прогулка и т.п.).  Придерживайтесь простых правил работы с упрямым ребенком:   * посадите ребенка к себе на колени или опуститесь на корточки, чтобы быть с ним на одном уровне, это даст вам больше шансов на его внимание; * удерживайте зрительный контакт с вашим ребенком, он должен смотреть на вас, а не на то, что вызывает его плач или разочарование- напомните ребенку о чем-то забавном, что произошло недавно, возьмите в руки яркий предмет, вызывающий интерес у ребенка, ребенок больше готов к сотрудничеству, когда отвлечен от своей главной цели; * выдержите паузу, прежде чем реагировать, потому что если не сдержите себя, повысите голос, шлепните, ребенка уже трудно будет перенаправить, он будет напуган и запутан.   Если ребенок должен ложиться спать в 21 час, но при этом он упорствует, что не устал и еще хочет играть, заключите с ним договор, если он будет играть спокойно и разберет постель, в таком случае вы ему доверяете самому лечь спать на полчаса позже.  Ситуации выбора имеют для упрямого ребенка большое значение. Дети не могут мыслить рационально, как взрослые. Вместо этого они реагируют эмоционально на символические стимулы, имеющие личностный смысл. Выбрать, как играть, когда ложиться или что одеть, это для ребенка символ его способностей, его статуса.  *Материал подготовила педагог-психолог Денисова Марина Сергеевна по материалам сайтов: razvitie/upryamyi-rebenok* [*www.ombudsmandeti.ru*](http://www.ombudsmandeti.ru) |
|  |