

## Упрямый ребёнок

Сложным моментом темы, посвященной детскому упрямству, является кажущаяся понятность самого слова «упрямство». Как правило, каждый из нас вкладывает в это слово свое понимание. В нем как будто уже содержится некоторый отрицательный оттенок, недовольство поведением детей, которое мы называем упрямым. 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 свой запас терпения и спокойствия, поэтому одинаковое поведение детей для одних может быть невыносимым, а для других – просто доставляющим мелкие неудобства. Конечно, упрямство может и раздражать, и утомлять, и обижать, и злить, и огорчать. Особенно вероятно возникновение такого рода чувств, когда дети в своей настойчивости и «упертости» не считаются ни с интересами, ни с возможностями взрослых, ни с требованиями ситуации (например, на улице холодно, а ребенок категорически не хочет надевать шапку).

Таким образом, степень упорства ребенка в настаивании на своем может быть разной; взрослые, в силу своего состояния (усталый и раздражительный или доброжелательный, довольный, отдохнувший), могут по-разному воспринимать поведение детей; требования ситуации могут различаться. Однако, можно выделить общие характеристики, свойственные упрямству. Упрямому поведению свойственны категоричность, нежелание слышать и понимать другого человека, считаться с интересами, возможностями, желаниями других людей и требованиями ситуации.

Поскольку упрямое поведение детей часто доставляет нам как минимум неудобство, необходимо рассмотреть, каким образом мы, взрослые, можем вести себя, чтобы не ущемлять своих интересов, но и принимать проявление самостоятельности, индивидуальности наших детей.

В психологии существует представления о причинах упрямства и возрастных периодах, когда дети упрямятся особенно активно. Что же стоит за проявлением упрямства?

В развитии детей существуют возрастные периоды, когда желание настаивать на своем, делать наперекор другим (особенно взрослым) усиливается. Это связано, прежде всего, с так называемым кризисом трех лет и подростковым возрастом. В это время желание делать многое, если не все, по-своему, самостоятельно столь сильно, что любые действия со стороны взрослых, противоречащие ему, вызывают реакции протеста. Поведение ребенка определяет девиз «Я сам». Несмотря на то, что все дети проходят через периоды возрастных кризисов, у одних они протекают в мягкой форме и довольно быстро, другие же переживают их остро, бурно, с сильным обострением отношений с родителями, причем процесс этот может

затянуться на долгое время. Как будет протекать кризис, зависит от особенностей ребенка, но и от взрослого многое зависит. Как показывают исследования, мягче эти периоды проходят в семьях, где взрослые проявляют уважительное отношение и интерес к мнению ребенка, его точке зрения, где часто звучат вопросы: «Как ты думаешь?», «Что было бы тебе интересно?», «А как считаешь ты?» и т. д., а также где ребенку время от времени предоставляют возможность выбора

Детское упрямство может вызываться чувствами обиды, злости, гнева, обращенными к родителям. В этом случае оно выступает как средство мести, когда ребенок поступает вопреки, «назло» взрослым. Такое поведение может свидетельствовать об имеющемся в настоящее время кризисе в отношениях между родителями и ребенком, о каком-то конфликте в этих отношениях.

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, 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 мы, взрослые, стремимся доказать свою компетентность, упорно настаиваем на своем, то в этом пресловутое упрямство проявляется не меньше, чем у наших детей. Таким образом, получается замкнутый круг, где упрямое поведение одного человека порождает и поддерживает подобные реакции у другого.

Какие чувства могут возникать у взрослых, когда упрямятся дети, нам более или менее понятно. А что может чувствовать ребенок, когда его заставляют делать что-то, чего он не хочет, борются с его упрямством?

Давайте проведем маленький эксперимент и отправимся в небольшое путешествие в свое детство. Это задание надо выполнять молча, сосредоточившись на своих воспоминаниях, если хотите, можете на время закрыть глаза. Вспомните, пожалуйста, свою детскую ситуацию, когда вам очень сильно не хотелось чего-то, вы упрямылись, но взрослые не считались

с вашим «не хочу». Это может быть какая-то конкретная ситуация, случившаяся всего раз в жизни или раз за разом повторяющаяся. Вспомните, где это происходило, сколько вам было лет. Вспомните, как взрослые заставляли делать что-то так, как они считали нужным, что они говорили при этом. Что вы чувствовали в этой ситуации? Что вам хотелось сделать?

А теперь давайте вернемся в настоящее время. Через призму своих воспоминаний бывает легче вспомнить, понять и разглядеть собственного ребенка. Следует обозначить некоторые чувства, которые может испытывать ребенок, когда идет борьба с его упрямством, и если у вас возникнет желание добавить что-то к списку этих чувств, вы можете это сделать. 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. Грустная картина, и она дает еще одно подтверждение бессмысленности борьбы с упрямством: в этой борьбе нет победителей, скорее есть пострадавшие стороны.

Следует поговорить о том, какие шаги с нашей стороны могут способствовать переходу от противостояния к взаимопониманию.

Итак, **если ребенок упорствует в своем нежелании делать что-либо**, имеет смысл уточнить, расспросить, чего именно он не хочет. Доброжелательные вопросы со стороны взрослых дают ребенку возможность почувствовать, что его хотят понять, а это первый шаг к диалогу.

Чаще всего за «не хочу» прячутся либо какие-то опасения, страхи, либо желания ребенка. Если это опасения, то ребенок, 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».

Если за нежеланием делать что-то стоят какие-то другие желания, то надо понять, чего же хочет ребенок. Это непростая задача, поскольку, как уже упоминалось выше, детям сложно осознать свои желания, они часто ощущают их как неопределенное беспокойство, неудовлетворенность. Если ему сложно, предложите несколько вариантов ответов на выбор, но не в утвердительной, а в вопросительной форме: «Маша, ты сейчас хочешь послушать сказку, порисовать со мной, полепить из пластилина или что-то еще?».

Обратите внимание на следующие моменты:

- набор предлагаемых вариантов формулируется в виде вопроса, а не утверждения или предложения;
- используется слово «сейчас», которое фокусирует внимание на желаниях, возникающих «здесь и теперь»;
- родитель не предлагает исчерпывающий список возможных желаний, а интересуется мнением ребенка («Что-то еще?»);

- прояснение желаний – это не допрос с пристрастием; самый важный результат заключается в ощущении ребенком того, что им интересуются, его хотят понять.

**Если ребенок настаивает на своем желании**, часто вопреки разумным доводам со стороны родителей, то первый шаг заключается в прояснении, чего же он хочет, в выяснении конкретных подробностей. Когда становится понятно, чего же хочет ребенок, не торопитесь выполнять его желание или, напротив, отговаривать его (такой соблазн тем сильнее, чем более нереалистично желание ребенка, а желания могут быть разные, вплоть до абсолютно фантастических).

Следующий шаг – признания права ребенка на его желание. Обратите внимание, что признание права ребенка хотеть того, чего ему хочется, и соглашение выполнять это желание – совершенно различные действия с совершенно различными последствиями.

Проведем еще один небольшой эксперимент, он поможет вам почувствовать это различие и понять, почему так важно признание права на желание. Я прошу вас подумать о каком-нибудь желании. Важно, чтобы оно было сильным, чем сильнее, тем лучше. Сильным и одновременно нереалистичным. Вы, как разумные взрослые люди, понимаете, что это невозможное желание. Удалось? Отлично! А теперь забудьте на время о том, что желание нереально, и сосредоточьтесь на самом желании. Представьте его как можно более подробно, конкретно; возможно, вы увидите место, где оно исполняется, ощутите, как это происходит. Какое при этом у вас настроение, что вы чувствуете?

Обратите внимание: когда мы чувствуем, что кто-то признает наше право на то или иное желание, то на первый план выступает состояние радости, легкости, а также возникает или усиливается расположенность к диалогу, сотрудничеству. Опираясь на свой опыт, нам, взрослым, бывает легче понять ценность принятия, признания права на желания для ребенка.

Когда желание ребенка обозначено, конкретизировано, когда родитель обозначил свое принятие этого желания и права ребенка на него, становится возможным конструктивное обсуждение его реализации.

Иногда желание ребенка вполне реалистично, но выполнить его можно не сразу, а только через некоторое время. В этом случае надо поговорить о том, когда это будет возможно, обсуждая не абстрактное «потом, когда-нибудь», а вполне конкретное «когда». Важно, чтобы, определяя конкретное «когда», вы учитывали свой реальный потенциал, так как нарушение договоренности с вашей стороны может привести к возникновению или усилению недоверия со стороны ребенка к вашим словам. Конечно, существуют невозможные желания (сложно превратить зиму в лето, достать луну с неба). Не все подвластно нам в реальности, но мы все можем делать в стране фантазий. Предложить ребенку помечтать о его желании, эмоционально прожить его, представить, как бы это могло быть, – это более

действенный способ удовлетворения, чем реализация желания в действительности.

Что значит «быть чувствительным к миру ребенка»? Это значит давать работу глазам и ушам, то есть видеть ребенка, слышать, что и как он говорит. При всей банальности и очевидности этой фразы в реальном взаимодействии с нашими детьми у нас значительно расширяются возможности для того, чтобы строить отношения с ними на основе взаимопонимания.

### **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 безнадзорностью. Установите четкие рамки и запреты (желательно, чтобы их было немного – лишь самые основные) и позвольте ребенку свободно действовать в этих рамках. 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 упрямство вы 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 совпадало 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 гулять, если вы знаете заранее его ответ. Поинтересуйтесь, хочет ли он пойти гулять в парк или во двор, хочет ли он надеть на прогулку ту или другую одежду.

- Старайтесь не создавать ситуаций, в которых была бы возможность для проявления упрямства ребенка.

- Играйте вместе с ребенком – это оздоравливает взаимоотношения.

С малышом до трех лет можно поиграть в игру «Прятки» или «Кошки-мышки», с участием мягких игрушек; с водяными игрушками (ситечками, воронками, чашками, лодочками) в пластиковом тазике или переносном бассейне. Для большего эффекта в воду можно добавить голубой или зеленый краситель. Предоставьте ребенку уютное местечко, набросайте туда подушки и мягкие игрушки, чтобы он мог там понежиться; почитайте вместе любимые книжки.

- Не используйте силовых методов, не показывайте своего морального и физического превосходства. Таким образом вы разовьете у ребенка комплекс неполноценности, ожесточите его.

### **Как не надо вести себя родителям с маленьким упрямым**

- Ни в коем случае не требуйте от ребенка невозможного и не пытайтесь унижить его чувство собственного достоинства.

- Не ведите борьбу с ребенком по разным поводам и пустякам.

- Не старайтесь одерживать сплошные победы в своих воспитательных мероприятиях, касающихся особенно неукоснительного выполнения основных режимных моментов (еда, сон и т. д.). Помните, что здоровый ребенок не может беспрекословно подчиняться вам, а невольно поддерживая упрямство, вы создаете почву для неврозов.

- Если ваш ребенок особенно упрям, прежде чем перевоспитывать его, убедитесь, что он не левша (при некотором доминировании правого полушария у детей очень часто развито упрямство).

*Воспитатели*

*МБДОУ ЦРР – д/с №75:*

*Новицкая В.И., Уланова В.В.*