

Детское упрямство

Наверное, каждому родителю знакомы ситуации, когда ребенок настаивает на своем, и никакие доводы на него не действуют. Упрямство вызывает постоянные споры не только из-за важных моментов, что можно понять и принять, но даже и из-за мелочей. Нежелание принять чужую точку зрения переходит порой все разумные границы и создает опасность для жизни и здоровья ребенка.

Что такое упрямство?

В интернет-энциклопедии упрямство трактуется как чрезмерная и неблагоприятная настойчивость. Ребенок требует не потому, что очень хочет, а потому что он это попросил. Дети часто понимают логику родителей при отказе, но не могут изменить своего решения.

Психологи относят упрямство к протестному поведению наряду с негативизмом и строптивостью. Последние типы поведения присущи подросткам. Дошкольникам и младшим школьникам, о которых сегодня речь, свойственно именно упрямство. Разовые проявления являются нормой. Главное, чтобы упрямство не стало привычкой и не превратилось в особенность характера. Если вовремя не принять меры, то упрямство может перерасти в негативизм, строптивость и стать патологической чертой личности.

Почему ребенок упрямится?

Детское упрямство может не иметь объяснений, а может быть связано с важным для ребенка решением. Вполне вероятно, что оно обдуманно. Проверить это легко. Упрямство в чистом виде не имеет аргументов: просто «хочу» или «не хочу». А далее — четкая попытка заставить родителей действовать по своему желанию.

Упрямство – это еще и заявление о своих желаниях и чувствах. Определить свои хотения и выразить их в понятной для окружающих форме пока сложно для малыша. Существуют и другие причины.

Причины упрямства:

1. Возрастные особенности. В возрасте 2, 5-4 лет у ребенка формируются самооценка и самолюбие. Он пробует на прочность собственные границы и закрепляет самостоятельность, противопоставляя свои желания родительским.
2. Слишком мягкое воспитание. Ребенок привыкает при любых обстоятельствах получать желаемое, и отказ родителей вызывает в нем агрессию и упрямство.
3. Чрезмерная опека. Малыш пытается отстоять свою самостоятельность, но пока не знает как, и поэтому просто не желает делать то, что ждут от него родители. Если взрослые предлагают одно, а ребенок специально выбирает другое, то это «назло».
4. Большое количество запретов, в основном немотивированных. Главный девиз папы (мамы) — «я так сказал(а)» — быстро становится девизом ребенка. Если ему никто ничего не объясняет, то и он не будет. Он просто требует. И еще упрямство будет протестом против всех запретов.
5. Частые конфликты в семье между родителями или другими домочадцами. Наблюдая конфликты взрослых, ребенок принимает такое поведение за норму. При этом авторитета в большей степени заслуживает тот, кто смог настоять на своем. Неудивительно, что ребенок быстро усваивает данную позицию. Упрямство в этой ситуации может быть и способом переключения на себя внимания взрослых.

Упрямство часто сопровождается агрессивным или истеричным поведением, что делает ситуацию довольно сложной.

Что делать?

Определив причины упрямства своего ребенка, стараемся их устранить: корректируем режим дня, пересматриваем стиль воспитания и количество запретов, отказываемся от гиперопеки и подталкиваем детей к самостоятельности, не игнорируем плохое поведение, если говорим «нет» — точно запрещаем.

Ребенка можно отвлечь от спорной ситуации: обратите внимание на что-то интересное, позвоните папе, предложите любое новое действие.

Для младших школьников надо обязательно устанавливать границы.

Известный американский психолог Роберт Дж. Маккензи разработал систему по установлению границ дозволенного для упрямых детей. Свою методику он изложил в книге «Упрямый ребенок: как установить границы дозволенного». Вот некоторые рекомендации психолога:

- Упрямые дети нуждаются в большем количестве наставлений и более жесткой дисциплине. Родителям надо обозначить несколько главных правил и приучить малыша следовать им. Уточняйте последствия непослушания: не ждите детской проверки «А что будет, если сделаю по-своему?», а с самого начала дайте всю необходимую информацию для совершения приемлемого выбора, например: «Пожалуйста, не катайся на велосипеде по проезжей части. Если ты это сделаешь, мне придется забрать у тебя велик до конца дня». И никогда не меняйте своего решения.
- Никаких споров и дебатов! Если вы вовлекаетесь своим чадом в спор или обсуждение правил, то даете ему повод считать, что ваши правила – предмет для переговоров. Это не так. «Мы закончили это обсуждать. Если ты снова поднимешь эту тему, проведешь следующие пять минут в своей комнате».
- Четко формулируйте свои мысли. Ребенок непременно поймет, что вы имеете в виду, если научиться ясно и недвусмысленно формулировать просьбы, подкрепляя слова эффективными действиями. Например, перед прогулкой надо убрать в комнате — «Тебе надо убрать в комнате: собрать в коробку игрушки, поправить покрывало и вытереть пыль. Постарайся уложиться за 10 минут. Я ставлю таймер». Гнев, театральность и сильные эмоции лишают сообщение ясности и уменьшают шансы на послушание.

Если у родителей нет чёткой линии поведения, то это ведет к нестабильности ребенка. Когда родители последовательны, а их требования всегда одинаковы, то возраст упрямства проходит значительно легче. Сохраняйте самообладание и терпение!