

Муниципальное бюджетное учреждение центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи «Гармония» г.Волгодонска

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Упрямство ребенка, как его победить?»

Составитель:

Педагог-психолог
Баженова В.С

г. Волгодонск

2020

Упрямство — нерациональная настойчивость. Основой упрямства бывает инертность психических процессов, неспособность переключать внимание на другие цели. Не меньшее значение имеет воспитание. Привычка настаивать на своём, закреплённая в детстве, становится трудноустранимой в зрелом возрасте.

Обычно упрямство обостряется в кризисные периоды жизни ребенка — в три года, семь лет, подростковом возрасте. В это время желание делать многое, если не всё, по-своему, самостоятельно, столь сильно, что любые действия со стороны взрослых, противоречащие ему, вызывают реакции протеста.

Поведение ребёнка 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, причём процесс этот может затянуться на долгое время. Как будет протекать кризис, зависит не только от особенностей самовыражения ребёнка, но и от поведения взрослого. 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 ребёнку время от времени предоставляют возможность выбора.

Детское упрямство может вызываться чувствами обиды, злости, гнева, обращёнными к родителям. В этом случае оно выступает средством мести, когда ребёнок 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 общении.

Если вы заметили, что раньше еще можно было как-то договориться с категоричным сыном или дочкой, а сейчас бесполезно, то проанализируйте последние события, настроения — возможно, конфликтуя с родителями, ребенок пытается привлечь к себе внимание, избавляется от своих негативных, тревожных переживаний. И ему нужно помочь, поддержать для налаживания психологического спокойствия.

Упрямство детей дошкольного возраста

Упрямство у детей — это поведение, при котором они неконструктивно игнорируют или отказываются выполнять требования взрослых.

Упрямство у детей 2-3 лет лучше контролировать, перенаправляя внимание. Самоконтроль в этом возрасте пока затруднён. Причинами упрямства ребёнка может быть игнорирование взрослыми, стремление к самостоятельности. В это время осознающий себя как личность ребёнок требует у взрослых, чтобы с его мнением считались.

Ошибка взрослых — навязывание ребёнку нерациональных требований при непонимании мотивов поведения. Это могут быть слишком ранние требования к опрятности, укоры из-за нежелания ребёнка ходить на горшок или отсутствия аппетита.

Физиологическая предпосылка для упрямства — доминирование правого полушария. У детей-левшей избавление от упрямства проходит несколько сложнее. Перегрузка левого полушария чрезмерными требованиями приводит к развитию механизма компенсации правого, иррационального полушария, и как следствие

нелогичного поведения. В случае психопатической формы упрямства, желания доминировать в агрессивной форме, нужно обратиться к специалисту.

Врачебного вмешательства также требует упрямство на фоне невроза, сильного стресса. Стресс может быть вызван излишне жёстким воспитанием, резким изменением жизненных условий, ссорами родителей.

Преодолевая упрямство детей 5 лет, нужно учитывать индивидуальные потребности ребёнка. Оно может развиться у детей, обладающих повышенным чувством собственного достоинства и свидетельствовать, что у них есть трудности с реализацией «я» в обществе, семье. Важно не подавить позитивные природные задатки. Многие выдающиеся личности — упрямцы в детстве.

Упрямство у детей младшего школьного возраста

Упрямство у детей 7 лет связано с успешностью адаптации к новому образу жизни, началом школьного обучения. В это время нужно уделить особое внимание нагрузке на нервную систему, связанную с усвоением новой информации, требованиями к дисциплине. Она может превышать пределы приспособляемости, истощая ресурсы мозга маленького человека, что в итоге вызовет неадекватную реакцию между силой раздражителей и ответом на них.

Упрямство детей 8 лет несколько усиливается, однако, успешно трансформируется в положительные волевые качества, нужно лишь направить энергию на достижение учебных и воспитательных целей. Заложив основы дисциплины, нужно стремиться заинтересовать детей новыми задачами. Важно, чтобы дети действовали не по принуждению, а благодаря собственной мотивации.

Как бороться с упрямством подростков

Упрямство подростков – явление столь же распространенное, как и упрямство дошкольников. Воспитание упрямого ребенка – процесс непростой, и основная задача взрослых заключается в том, чтобы на собственном примере показать школьнику, что договариваться не только можно, но и нужно.

Подросток только выглядит старше, чем дошкольник, но он еще точно так же не умеет контролировать собственные импульсы.

Подросток отличается от взрослого тем, что у него активно формируется представление о себе и своем предназначении. Он очень хочет быть значимым, но не умеет быть таковым. Более того, он пока не в силах быстро прекращать свое неадекватное поведение и, если взрослый ему в этом не помогает, все дальше и дальше усугубляет его, даже вопреки собственному желанию.

Если подросток упрямится, можно оставить его одного. Как только вы видите, что он теряет управление над собой, молча уйдите, если боитесь сказать лишнее. Мудрость проявляется не в том, чтобы всегда быть правым, а в том, чтобы уметь предотвращать конфликт и находить решение проблемы. При воспитании упрямого подростка задача родителей заключается в том, чтобы на своем примере продемонстрировать мудрость и готовность договариваться.

В отличие от дошкольника подростка так легко не отвлечь.

Но можно прибегнуть к манипуляциям иного типа. **Отец мог сказать:** «Хорошо. Ты меня убедил. Я не поведу тебя в этот магазин» — и тут же встать и уйти из поля зрения ребенка. Подросток рассчитывал на сопротивление и именно

под него готовил аргументы. Застигнутый врасплох, ребенок был бы вынужден замолчать. Тогда у взрослого появилась бы возможность уйти не под его истошные крики, а в тишине растерянности.

Если вы не знаете, что делать с упрямым подростком, напомните ему, что обида — детское чувство. В ее основе лежит желание, чтобы весь мир жил так, как ты хочешь. Но так не бывает.

Советы родителям, что делать, если ребенок подросткового возраста чересчур упрямый:

1. Чтобы сломить упрямство подростка, внезапно согласитесь с его решением. Это вызовет у него растерянность. В зависимости от типа упрямства можно либо уйти на время, либо начать атаку, как это делали великие полководцы на поле боя. Если упрямство касается его одежды, учебы, знакомств — атакуйте. Если связано с отношением к вам — уходите.

2. Попробуйте (благожелательно и заинтересованно — ведь вам интересно, как он видит ситуацию) задавать ему вопросы, в ответ на которые он начнет описывать свое видение проблемы.

3. Если он продолжает настаивать на своем, вновь внезапно согласитесь с ним, чтобы вызвать растерянность. Он ведь в душе уверен, что вы пока отвечаете за все его решения и несете за него ответственность, а потому не очень-то продумывал собственный выбор. Покажите ему его последствия.

4. В завершение можно сказать, что вы снимаете с себя ответственность за такой тип поведения, и оставить подростка в одиночестве. Это заставит его еще раз обдумать вашу позицию и, возможно, найти компромиссное решение.

5. Не предлагайте это решение сами и сразу: он отвергнет его, войдя в раж упрямства. Но если он обратится к вам с этим же вопросом спустя какое-то время, попробуйте предложить варианты. Это резко увеличит вероятность изменить его поведение.

И ещё один важный момент: если вы не знаете, что делать с детским упрямством, никогда не выражайте свою оценку, просто задавайте уточняющие вопросы, чтобы подросток постепенно увидел абсурдность своей позиции.

Как перейти от противостояния к взаимопониманию:

- 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 не что иное, как первый шаг к диалогу.

- 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 её, вероятно, сможет с помощью родителей преодолеть своё «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 неопределённое беспокойство, неудовлетворённость. 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 ещё?»

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 ребёнка («Что-то ещё?»).
- Прояснение желаний – это не допрос с пристрастием, самый важный результат заключается в ощущении ребёнка, что им интересуются, его хотят понять.

Как вести себя с ребенком, который упрямится

• Пересмотрите собственные стили воспитания, поскольку некоторые из них только провоцируют агрессивное и упрямое поведение у подобных детей. - Единственный возможный вариант, работающий с упрямцами – демократичный стиль, когда родители достаточно тверды в своих убеждениях и действиях, но при этом у ребенка есть возможность принимать решения, осуществлять выбор, решать проблемы в доступных ему областях.

• Упрямство возникает на фоне постоянного стресса, в условиях которого вынужден находиться ребёнок. Стимуляторами стрессового состояния могут стать постоянные конфликты в семье, непоследовательное воспитание ребёнка, а также перестановка семейных ролей (например, когда мать вынуждена играть в семье роль мужчины или воспитанием ребёнка занимается бабушка).

• Постарайтесь, чтобы ваша любовь не обернулась вседозволенностью и безнадзорностью. Установите чёткие рамки запретов (желательно, чтобы их было немного – лишь самые основные) и позвольте ребёнку свободно действовать в этих рамках. Строго придерживайтесь установленных запретов и разрешений.

• При подвижном типе темперамента бесполезно пытаться замедлять действия детей, а при инертном — подгонять. Это может спровоцировать противодействие.

- Не фиксируйте внимание на упрямстве, «не помните зла».
- Не забывайте хвалить ребёнка, когда он этого заслуживает.
- Не относитесь к ребёнку предвзято. Предъявляйте разумные требования, соответствующие его возрасту.

• Не соглашайтесь с ребёнком только ради того, чтобы он от вас «отстал».

• Прежде чем обвинить ребёнка в упрямстве, подумайте: а не проявляете ли упрямство вы сами? Часто упрямство ребёнка становится реакцией защиты на чрезмерное упрямство родителей. Не будьте слишком властны по отношению к ребёнку!

• Постарайтесь увлечь упрямого ребёнка игрой – таким образом вы сможете победить то или иное проявление упрямства, не ущемив детского самолюбия. Ребёнок должен выполнить ваше требование с мыслью, что оно совпало с его желанием.

- Чаще ставьте себя на место ребёнка и смотрите на мир «его глазами».
- Предоставьте ребёнку право выбора. Например, вы собрались идти на прогулку, не следует спрашивать его, хочет ли он гулять, если вы заранее знаете 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 ребёнка.
- Играйте вместе с ребёнком – это улучшает взаимоотношения.
- Не используйте силовых методов, не показывайте своего морального и физического превосходства – таким образом вы разовьёте у ребёнка комплекс неполноценности, ожесточите его.
- Стремиться предоставлять ребёнку возможности для самоутверждения, чаще интересоваться его мнением.
- Не потакать капризам, но и не подавлять в жёстком авторитарном стиле.
- Поощрять при положительных изменениях в поведении.
- Не придирайтесь к мелочам.
- Не употреблять негативную лексику, по возможности заменять слова обозначающие отрицательные качества на положительные аналоги.
- При наказании объяснять ребёнку, за что он наказан, иначе он почувствует несправедливость, и эффект резко снизится.
- Чаще показывать свою любовь.
- Быть примером в поведении.

Главное для родителей — не сдаваться и не пускать на самотек капризы детей. Дети должны постигать правила пристойного поведения, хорошего тона и морали в самом нежном возрасте, благодаря подсказкам мам и пап, и на примере их поведения.

Несмотря на то что детские характеры бывают очень сложными, около 80 процентов поведения ребенка все-таки зависит от воспитания.

Источники

https://www.defectologiya.pro/zhurnal/upryamyij_rebenok_kak_ego_vospityivat/

<https://moluch.ru/conf/psy/archive/33/1904/>

<https://psihomed.com/upryamyiy-rebenok/>