

Упрямый ребенок: относимся правильно

Проблема преодоления детского упрямства является частым запросом психологу. Родители обращаются к специалистам надеясь с их помощью вернуть себе контроль и детское послушание.

В самом деле, впервые столкнувшись с несогласием, сопротивлением ребенка, родитель чувствует вызов своей воспитательной компетентности, падение своего авторитета. И, конечно, мириться с этим не намерен, желает вернуть свой авторитет, не стараясь выяснить причины происходящего. Однако методы возвращения авторитета выбирает чаще всего усугубляющие ситуацию.

Попробуем разобраться, что такое детское упрямство глазами психолога и как родителям следует реагировать на такое поведение ребенка.

Упрямство - это особенность поведения, которая проявляется в стремлении ребенка поступать по-своему, несмотря на все просьбы, требования и аргументы взрослого. Обратите внимание, что все это применительно ко взрослому человеку является характеристикой самостоятельного автономного человека, имеющего хорошие личные границы. Однако эти же проявления детского поведения трактуются взрослыми как нежелательные.

Нежелательными проявления становятся тогда, когда упрямство может навредить самому ребенку. Например, если ребенок отказывается есть, ложиться вовремя спать, идти на прогулку и так далее, преследуя единственное стремление не соглашаться со взрослым, то это наносит вред здоровью самого ребенка. Об этом поговорка «На зло маме уши отморожу», но шапку зимой из-за упрямства надевать не стану.

Желательными эти качества личности и проявления поведения становятся в случае, если в результате будет достигнут какой-либо хороший результат. И тогда мы называем это настойчивостью. И тогда упрямство становится уже социально одобряемым качеством.

Несколько важных моментов дают понимание неоднозначности упрямства как явления.

1. Упрямство – это реакция на негибкую стратегию воспитания. То есть родитель выбрал путь давления, борьбы с ребенком, ограничения его свободной воли, неуважение к детскому мнению, и поэтому получает естественную обратную связь от ребенка в виде сопротивления. В этом случае упрямство является одним из способов ребенка утвердить себя как личность.

2. Упрямство – один из показателей сильной нервной системы ребенка и мощный нервно-психический потенциал для преодоления препятствий на пути к достижению цели. Даже если препятствием является требование взрослого. Ребенку нужна недюжинная смелость побороться со взрослым. Упрямство также - это способность выдерживать неудачи и не отступаться от намерения. Очень важное качество для жизни.

3. Упрямство может быть проявлением ригидности (негибкости) мышления, сниженных способностей к смене поведенческой стратегии при изменившихся обстоятельствах. Это относится и к детям, и ко взрослым.

4. Упрямство является частым, но не обязательным явлением в кризисные возрастные периоды: 1 год, 3 года, 7 лет, [период пубертата](#).

На *первом году жизни* ребенок может реагировать капризами, упрямством в ситуациях, когда ему мешают ползать, ходить, трогать, что интересно, но нельзя. Также упрямством малыш может отреагировать на неожиданные и неприятные действия взрослого. Упрямством может сопровождаться период приучения к горшку, если родители хотят быстрых результатов и не дают ребенку времени на формирование привычки.

Если родители, запрещая, ничего не предлагают ребенку взамен, это естественно вызывает протест. Малышу нужна возможность спонтанного выражения эмоций, включая отрицательные. Крайне плохо на развитие влияют постоянные запреты, давление, ограничения.

Родители, игнорирующие психологические потребности малыша, многочисленными требованиями, предписаниями, запретами дают избыточную нагрузку на еще развивающийся мозг, что приводит к перекосу развития в сторону искусственного ускорения. По сути такое воспитание приводит к физиологическому дисбалансу и нередко к возникновению невротических расстройств.

В возрасте кризиса 3 лет, который именуют часто «Я сам!», ребенок проявляет упрямство при нежелании и неготовности родителей к появлению самостоятельности ребенка. Родитель не дает ребенку самостоятельно кушать, одеваться и др., боясь, что малыш сделает недостаточно хорошо, в результате получает реакции протеста и упрямства. Для благополучного психического развития ребенку необходимо предоставлять возможности для проявления инициативы, самостоятельности, выражения своего мнения, желания. Малыш формируется в личность. Им осознается «самость», отдельность от родителей. Поэтому у ребенка и должны быть свои поступки, желания, мнения, даже если они ошибочные.

Кризис поступления в школу 6-7 лет связан с изменением социальной роли. Статус школьника предъявляет новые ожидания. И ребенок старается их оправдать, стать взрослым, взять ответственность за свое поведение, школьные дела на себя. Если родители препятствуют в этом, настаивают на чем-то, что не отражает детских психологических потребностей, то реакцией ребенка станет, в том числе, упрямство.

Причины упрямства в каждой конкретной ситуации, конечно, свои.

Однако можно отметить общие источники упрямства.

1. Возможности [адаптации](#) к социально-психологическим, бытовым изменениям у маленького ребенка тем меньше, чем он младше. Если родители не рассказывают, в каких событиях предстоит участвовать ребенку, то он, не имея возможности психологически подготовиться, может быть напуган, подавлен, шокирован, и в целом выбит из привычной колеи внезапностью происходящего. Поездка ли это в отпуск, посещение гостей, перестановка мебели или ремонт, рождение младшего ребенка, начало посещения детского сада и школы. Поэтому ребенка следует готовить к новым событиям, чтобы не получить обратную связь в виде упрямого поведения, не желая участвовать в изменениях.

2. Выявление у ребенка способностей и склонностей к какому-либо виду деятельности: рисование, пение и др., часто приводит к решению родителя начать чрезмерно активно их развивать. И, рано или поздно, ребенок теряет желание заниматься тем, что он очень любил совсем недавно и реагирует упрямством на родительское давление. Мы получаем удовольствие от того вида деятельности, которую мы выбрали сами по желанию, по душе. Любое удовольствие можно превратить в ненавистное занятие, если его превращают в повинность.

3. Лишение ребенка на свободный выбор [авторитарным стилем воспитания](#), чрезмерным давлением, гиперконтролем, завышенными требованиями приводит к сопротивлению, проявлениям упрямства. По сути такой стиль воспитания покушается на свободу воли ребенка, снижает качество жизни и препятствует развитию личности. Детское упрямство в таком случае выступает единственной доступной формой протеста против, по сути, педагогической агрессии со стороны родителей. В дальнейшем формируется устойчивое качество личности – сопротивление авторитетам, которое проявляется в активном нежелании подчиняться правилам, следовать должностной субординации, выполнять чьи-либо требования, советы и указания, даже если они исходят от лица уполномоченного на это.

4. [Гиперпротекция – стиль воспитания](#), характеризующийся потаканием любым желаниям ребенка, приводит к формированию у него привычки что все в жизни должно идти так, как он хочет. Такой ребенок не научается преодолевать естественные жизненные затруднения, принимать решения, проявлять самостоятельность, справляться с детскими проблемами, учитывать интересы и потребности других людей. В этом случае упрямство является единственной формой попытки выразить несогласие и настоять на своем.

5. Имеют место случаи, когда упрямство, выраженное в разных формах, может быть закреплено самими родителями. Будучи неуверенными в воспитательном плане, родители, не умея результативно договариваться с ребенком, аргументировать свои требования, наталкиваясь на активное несогласие, слезы, пасуют и склонны отказаться от требований, уступить желаниям ребенка, лишь бы прекратить этот протест. Так у ребенка формируется понимание, что упрямство – рабочий метод добиться от родителей того, что нужно.

6. Упрямство может быть вызвано переживаемыми отрицательными эмоциями, вызванными родителями: обидой, злостью, гневом. Причиной этих эмоций может быть глубокое нарушение детско-родительских отношений.

Несмотря на то, что в каждой конкретной ситуации детского упрямства нужно разбираться исходя из контекста, индивидуально, тем не менее в целях профилактики родителям стоит следовать *общим рекомендациям*:

1. Стройте общение с ребенком на взаимном уважении. Если родитель уважает ребенка, его выбор, мнение, потребности, только тогда он вправе ожидать уважения к себе. Нельзя не уважать других (даже если это ребенок) и при этом требовать от них уважения к себе.

2. Придерживайтесь гармоничного стиля воспитания. Избегайте давления или потворствования. Будьте контакты, добры, терпеливы и снисходительны к ребенку. Это не означает отказа от воспитательных требований. Это означает гуманистический выбор воспитательных методов.

3. При проявлении ребенком упрямства откажитесь от противостояния, борьбы и давления. Всегда выясняйте причину упрямства. Учитесь договариваться с ребенком. Не ожидайте от него быстрой реакции. Дайте ребенку время успокоиться и самому принять изменения. Не лишайте доброго отношения, любви даже если ребенок ведет себя не так, как вам хотелось бы.

4. Давайте ребенку возможность проявить самостоятельность в посильных его возрасту делах, принять решение вместе с родителями или иногда за них. Это формирует навык принимать решение и нести ответственность за него.

5. Не закрепляйте упрямое поведение ребенка как эффективный метод достижения целей. Пусть такое поведение лучше имеет нейтральные последствия, а не потакание детскому требованию. Тогда для ребенка оно перестанет быть эффективным и он будет стараться разговаривать, аргументировать выражая свою позицию.

6. Покажите ребенку образец гибкого поведения. Пусть малыш видит, что в ситуации любого несогласия, противоречия позиций можно и нужно договариваться, и приходиться к компромиссу. Да, это потребует саморазвития самого родителя. Но то и прекрасно в воспитании, что воспитывая, взрослые меняются сами.

*Деркачева Лариса Владимировна,
кандидат психологических наук, доцент*