

Упрямый ребёнок. Упрямство

1. Что такое упрямство?

Многие взрослые рано или поздно сталкиваются с упрямством ребёнка. Типичный пример упрямства — ребёнок-трёхлетка, который отказывается надевать выбранную вами рубашку, отказывается есть приготовленный вами завтрак и обзывается в ответ на просьбу убрать игрушки.

Доктор психологических наук профессор Александр Иванович Захаров под **упрямством** понимает такую реакцию ребёнка, когда он настаивает на чём-то не потому, что ему сильно захотелось именно *этого*, а потому, что он сам это *потребовал*. То есть упрямство — своеобразная реакция ребёнка на своё собственное решение [1].

Упрямство проявляется в очень широком диапазоне: от пассивного (молчание, обида) и активного (возмущение, плач) протеста против ущемления чувства собственного достоинства и неудовлетворения жизненно важных потребностей до нервного переутомления с возбудимостью или заторможенностью.

Упрямство и настойчивость — не одно и то же. О настойчивости говорят, когда ребёнок хочет получить что-то и добивается этого. Упрямство — это реакция ребёнка, который настаивает на чём-то не потому, что ему очень этого хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались. Он не готов отказаться от первоначального решения даже при изменившихся обстоятельствах. Упрямый ребёнок настаивает на том, чего ему не так уж сильно хочется, или совсем не хочется, или давно расхотелось [4]. Однако порой бывает, что разница между упрямством и настойчивостью ребёнка — только в голове смотрящего.

2. Почему и зачем ребёнок упрямится?

Причины упрямства ребёнка различны. И, по сути своей, все они могут быть объединены в две большие группы.

Первая группа причин касается **самого ребёнка**. Детство может изобиловать упрямством и капризами из-за ещё неокрепшей в силу возраста нервной системы. К упрямству могут приводить перенасыщение впечатлениями, испуг, ошеломлённость, подавленность внезапными событиями. Кроме того, упрямство и капризы могут быть предвестниками болезни. Упрямство может быть следствием обиды, злости, гнева в отношении родителей или других взрослых. В этом случае упрямство является средством мести, когда ребёнок поступает вопреки, назло взрослому.

Упрямство напрямую связано с возрастными кризисами одного года, трёх, семи лет, а также подросткового возраста. У вас, думаю, не вызывает вопросов капризное упрямство годовалого малыша, используемое им всякий раз, когда ему мешают ползать, ходить, брать вызывающие интерес предметы, ничего не предлагая взамен. Так и более старшие дети.

Возрастные проявления чувства «Я», воли, эмоций и темперамента становятся проблемой



**БОТЯНОВСКАЯ
Ирина Викторовна**

старший преподаватель кафедры андрагогики факультета дополнительного профессионального образования Института повышения квалификации и переподготовки Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка

упрямства для взрослых, когда они не способны адекватно оценить своеобразие психического развития детей. Как пишет А. И. Захаров, чаще на упрямство детей жалуются те взрослые, которым необходимо, чтобы дети слушались их беспрекословно. Когда применяются императивы «обязан», «должен», «нужно», но не поясняется, кому и чем обязан, почему должен, да и нужно ли в принципе.

Сочетание самолюбия и энергичности порождает то, что обычно называется взрослыми своеволием, своеобразием, упрямством, но по сути представляет собой нормальный вариант психического развития, который приобретает негативное звучание лишь при стечении ряда неблагоприятных обстоятельств.

Вторая большая группа причин возникновения упрямства касается **среды**, в которой ребёнок находится (это семья, детский сад, школа, общество сверстников). Как говорил известный педагог, публицист, врач Януш Корчак, «упрямый ребёнок — результат неразумного поведения матери».

Пренебрежение потребностями ребёнка, эмоциональная чёрствость, холодность родителей — одна из распространённых причин детского упрямства. Приходит на ум анекдот:

Еврейская мама сыну:

— *Изя, иди домой!*

— *Мама, я замерз?*

— *Нет, ты хочешь кушать!*

Игнорирование потребностей ребёнка (голод, усталость) вкупе с ощущением им физического дискомфорта (холод, жара, тесная обувь, колючий свитер и т. д.) впоследствии приводит к тому, что ребёнок укрепляется во мнении, что взрослым нет дела до его личных переживаний, чувств, мнений.

К детскому упрямству приводит *авторитарный стиль воспитания*, категоричность, излишняя требовательность, мелочная придирчивость взрослых. Источником упрямства детей выступает чрезмерная занормированность взрослыми детской жизни. Музыкальный слух, способности к рисованию и танцам дошкольника родители порой стремятся развивать настолько интенсивно, что превращают в «обязаловку» то, что может и должно делаться с удовольствием. Ребёнок-отличник в школе порой ездит на все мыслимые и немыслимые конкурсы, навсегда утратив удовольствие от них. В ситуациях, когда ребёнок не имеет ни малейшей возможности сказать «нет», когда ему не остаётся никакого пространства для проявления самостоятельности и инициативы, он оказывает сопротивление (если не начинает беспрекословно подчиняться любым указаниям взрослого, постепенно теряя при этом всякую возможность завить о себе как о личности).

Упрямство могут проявлять дети из семей, где с ними чрезмерно *нянчатся*, потакают всем их капризам. Вспомните песенку Красной шапочки «Необитаемый остров» из одноимённого кинофильма, в которой она обращалась к маленькому мальчику, окружённому заботой полчища мамок-нянек:

— *Грибы, орехи собирать умеешь?*

— *Нет, не умею.*

— *От крокодила убежать успеешь?*

— *Нет, не успею.*

(— *Не бойся, мы тебя спасём!*)

— *Но как же мы его спасём,*

Ведь мы считаем, что этот остров необитаем!

— *А я? А я? А я?..*

— *А ты сидишь на берегу, тебе тепло и скучно, Сидишь себе, худеешь не по дням, а по часам.*

— *Ну почему, почему?*

— *Да потому что, да потому что, да потому что Ты никогда и ничего не делал в жизни сам!*

В этой ситуации сказать «нет» не могут уже другие члены семьи. Да они, как правило, и не стремятся это сделать. «Ну как же он один справится, он же маленький, несамостоятельный», — вот слова одной мамы. Как вы думаете, сколько лет чаду, в какой ситуации мамой сказаны эти слова? «Маленькому» — 18 лет, он заселяется в студенческое общежитие.

Непоследовательность воспитательных позиций взрослых также может лежать в основе детского упрямства. И вновь я приведу песенку,

только на этот раз из мультфильма «Бременские музыканты»:

— *Скушай, деточка, яйцо диетическое.*

Или, может, обратимся к врачу?

— *Ничего я не хочу!*

Упрямство — доступная ребёнку форма заявить о себе. Но возникает парадокс: ребёнок заявляет о своих желаниях через демонстрацию нежелания. Он не может сказать нам о том, чего он сам не понимает, не осознаёт, не знает. А уж тем более не может это сделать в той форме и теми словами, которые мы, взрослые, от него ожидаем. И без нас он сам с поставленной задачей не справится.

3. Что же делать взрослым?

Всё запрещать, как и всё разрешать, — это, как вы понимаете, крайности. И, как любая крайность, категоричные запреты «всего и сразу», как и вседозволенность, имеют весьма ограниченный воспитательный потенциал.

Проявляйте твёрдость характера там, где объективно второго прочтения ситуации быть не может, где упрямство может привести к угрозе жизни и здоровья (например, беготня через дорогу на красный свет недопустима). Детям нужно понимать, что не всегда события идут так, как им хочется, не всё зависит только от их желания, не на всё они могут повлиять.

В иных случаях ребёнку нужно и можно уступить — это позволит ему чувствовать своё равноправие, важность, независимость, ответственность за принятое решение. Уступить — не значит быть или казаться слабым. Уступающий дальновиден. В этом его сила. Он проявляет заботу, любовь, внимание, демонстрируя эту модель поведения маленькому упрямцу. *Уступки должны быть там, где они оправданы логикой воспитательного процесса, педагогически целесообразны.*

Не доказывайте ребёнку, что ему необходимо быть послушным, чтобы «не позорить маму», что он «обязан слушаться с первого раза». Лучше вместе с ребёнком попробуйте разобраться, что стоит за проявлением его упрямства. Так, в ответ на вопрос мамы о том, когда же её дочь-первоклассница перестанет упрямиться и начнёт заниматься важными делами, девочка, искренне удивившись, ответила: «Так я же уже занимаюсь, видишь, куклу кормлю».

Сами не провоцируйте возникновение у ребёнка упрямства. Будьте мудрыми. Формулируйте ваш вопрос так, чтобы на него нельзя было ответить отрицательно. Давайте ему возможность выбора. Например: «Ты сделаешь домашнее задание до или после прогулки?», «Ты съешь суп или кашу вначале?».

Не задавайте ребёнку вопрос, ответ на который вы уже для себя приняли, если знаете, что он ответит на этот вопрос не так, как вы. Например, упрямство может быть вызвано вопросами «Хочешь обедать?» или «Сядешь за чтение?». Ведь

Сохраняйте уважительный тон, облекайте свои слова в простую и ясную форму, поддерживайте свои слова своим же примером.

Позвольте ребёнку говорить «нет». Уверена, у вас тоже есть что-то, что вам не нравится, с чем вы не согласны. Что вы чувствуете, скажем, когда ваш начальник категорично приказал вам задержаться после работы? Или когда нужно выйти на работу в свой выходной день? Но попросите ребёнка обосновать свой отказ. Возможно, есть объективные причины, вам неизвестные, по которым он в данное время не может приступить к выполнению того или иного задания. Например, он плотно поел в школе и ещё не успел проголодаться. Или у него нет необходимых цветных карандашей для того, чтобы завершить рисунок.

Следите за состоянием здоровья ребёнка. Часто причиной любых истерик служит переутомление.

Учите ребёнка управлять своими эмоциями. Так, злость можно нарисовать, а упрямство вылить его из пластилина. Можно побить (взбить) подушку, пропылесосить, сделать несколько физических упражнений, чтобы «выплеснуть энергию». Можно совместно придумать только вам известный способ освобождения от негативных эмоций.

Поговорите с ребёнком о его и ваших чувствах, вместе подумайте над стратегиями решения проблем («Я вижу, что ты расстроен/злой, у меня тоже так бывает, если что-то не получается. Что можно сделать в этой ситуации?»).

Не требуйте обещаний, выполнять которые невозможно. Например, малоэффективен запрет «Не бегай!». Детская энергия, впрочем, как и взрослая, всегда будет искать выход. И бег — далеко не худший выход для неё. Лучше договориться с ребёнком, где и когда он сможет побегать, попрыгать, поиграть в футбол и покататься с горки. Если есть возможность — запишите его в спортивную секцию. Будьте рядом. Слышайте и чувствуйте ребёнка, будьте на его стороне. И, безусловно, не переставайте любить вашего ребёнка. Как сказала американская писательница Перл Бак, лауреат Нобелевской премии по литературе: «Дети, которых не любят, становятся взрослыми, которые не могут любить».

Список использованных источников

1. Захаров, А. И. Происхождение детских неврозов и психотерапия / А. И. Захаров. — М.: Эксмо-Пресс, 2000. — 448 с.
2. Кряжева, Н. Л. Развитие эмоционального мира детей / Н. Л. Кряжева. — Ярославль: Академия развития, 1997. — 208 с.
3. Маккензи, Р. Д. Упрямый ребёнок: как установить границы дозволенного / Р. Д. Маккензи. — М.: Эксмо, 2012. — 352 с.
4. Упрямые дети. Причины упрямства и возрастные особенности [Электронный ресурс] // www.unicef.org — Режим доступа: <https://www.unicef.org/kazakhstan>. — Дата доступа: 08.07.2020.
5. Щербинина, Ю. В. Пособие по укреплению маленьких вредин : артессия, упрямство, озорство / Ю. В. Щербинина. — М.: Форум, Федкая птица, 2016. — 256 с.

даже если ребёнок ответит отрицательно, ему всё равно придётся есть и делать домашнее задание. Замените вопрос утверждением: «Через 5 минут (например) пора за стол», «Через 10 минут — время садиться за уроки». Названного вами времени вполне хватит, чтобы ребёнок мог закончить дело, которым он занимается до этого, или завершить его часть, а остальное выполнить позже.

Позвольте ребёнку довести его решение до логического завершения. Признайте за ним право на ошибку. *Современные ошибки и их исправление — естественный путь развития личности.*

Спросите, как он считает, что является в данной конкретной ситуации наиболее уместным. Разрешите ему самому делать выбор там, где это возможно (например, выбор платья, цветагалстука ему вполне можно делегировать, причём начать делать это можно задолго до похода ребёнка в первый класс). *Сделанный выбор позволяет ему чувствовать себя способным принять решение самостоятельно.* Эта способность принесёт ему уроки влечения и уверенность в собственных силах, а вам даст возможность научиться доверять ему для начала в этих, казалось бы, мелких, но очень важных вещах.

Помощь предлагайте, но не навязывайте. Не делайте за ребёнка «его работу», ту, которую он может и должен делать сам, не берите вперёди парова. Помните: *месте, но не вместо.*

Нельзя требовать от ребёнка уважения к себе, самому не проявляя уважения. Запрет на сквернословие из уст матерящейся мамы вызовет у ребёнка как минимум недоумение. Исключите из его арсенала грубость, дерзость, агрессивность, желание «сломать его силой своего авторитета». Старайтесь проявлять гибкость, быстро реагируйте на изменения среды. Будьте для ребёнка образцом для подражания.

В семье постарайтесь поддерживать одну воспитательную позицию. Сложно не капризничать и не упрямиться, когда мама, например, запрещает гулять после школы, а папа — разрешает. Не реагируйте упрямством на упрямство. Как сказал мне один молодой папа: «Он обман сестры за уроки именно потому, что я так сказал. Я — его отец, он должен мне подчиняться».