Как вести себя с упрямым ребёнком?

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

Рекомендации:

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

● Не фиксируйте внимание на упрямстве, «не помните зла».

● Не забывайте хвалить ребёнка, когда он этого заслуживает.

● Не относитесь к ребенку предвзято. Предъявляйте разумные требования, соответствующие его возрасту.

● Не соглашайтесь с ребёнком только ради того, чтобы от вас отстали.

● Прежде чем обвинять 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 самолюбие. 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 знаете заранее его ответ. Поинтересуйтесь, хочет ли он пойти гулять в парк или гулять во дворе, хочет ли он надеть на прогулку ту или другую одежду.

● Старайтесь не создавать ситуации, в которых была бы возможность для проявления упрямства ребёнка.

● Играйте вместе с ребёнком - это улучшает взаимоотношения.

● Не используйте силовые методы, не показывайте своего морального и физического превосходства - таким образом, вы разовьете у ребёнка комплекс неполноценности, ожесточения его.