***Упрямый ребенок: как договориться?***

*Некоторые дети словно созданы только для того, чтобы изводить* *родителей своим упрямством. Но всегда ли упрямство — это отрицательная* *черта? Ведь для ребенка это может быть способом продемонстрировать свое* *желание думать самостоятельно и отстаивать свои убеждения. К тому же* *у таких детей лучше развита способность сосредотачиваться, а это* *повышает качество их обучения. И если ваш упрямый ребенок решил узнать,* *как что-то устроено или как собрать конструктор, он будет оченьцелеустремленным в своем желании и будет бороться за свою идею. Когда же* *все-таки упрямство становится проблемой?*

Конечно, хорошо поощрять в ребенке независимость и самостоятельность, умение отстаивать свое мнение, однако это не должно иметь негативных последствий и превращать ребенка в маленького монстра, который ни за что не сдвинется с места.

**Упрямство начинает перерастать в проблему, если:**

* ребенок постоянно спорит с вами или у вас разногласия с ним из-за каждой мелочи;
* ребенок не желает прислушиваться к чужой точке зрения;
* у ребенка проблемы в садике или школе, связанные с его отношениями в группе, классе;
* возникают ситуации, когда упрямство может поставить под угрозу безопасность ребенка (например, он отказывается держать вас за руку при пересечении улицы).

**КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ УПРЯМЦА?**

Если вы воспитываете такого ребенка, вы знаете, что простые методы воздействия часто не срабатывают. Во многих случаях воспитание упрямого ребенка — это балансирование, где вы пытаетесь научить его, как сохранить свою независимость, но стремитесь к тому, чтобы при этом он не думал, что правит миром. Другими словами, как родитель вы должны **помочь ребенку сохранить свои сильные черты личности,**не позволяя этим чертам мешать его благополучному развитию.

           В первую очередь, вы должны признать, что упрямство вашего ребенка является частью его природы. Вы не должны пытаться изменить это. Наоборот, надо принять его личность и найти способы использовать это качество в ваших интересах и в интересах ребенка. Важно принять ребенка таким, какой он есть, и не пытаться победить, подавить упрямство, потому что это просто не будет работать.

            Конечно, такие дети хотят быть у власти, контролировать, быть лидерами. Но лидер — это вы. Вы — родитель. Не стоит заниматься борьбой за власть. Когда вы пытаетесь показать своему ребенку, что вы сильнее, на самом деле вы только становитесь на его уровень, и это ничему его не учит. Кроме того, что побеждает и прав тот, у кого больше кулак. Вместо того чтобы прибегать к обычной словесной борьбе, неважно — криком или просьбами, мольбой, и тем более — физическому наказанию, начните действовать как хитрый родитель. Это значит — начните взаимодействовать со своим ребенком непрямыми методами.

**ИЛЛЮЗИЯ ВЫБОРА**

**Создавайте своему упрямцу иллюзию выбора.**

"Ты можешь не переодеваться на прогулку, но ты должен оставаться здесь в коридоре со своими вещами для улицы".

"Я не могу заставить тебя заниматься, но ты должен остаться здесь за столом с учебниками".

        Ребенку надо давать больше, чем просто прямой приказ, ему надо предоставлять варианты. Такой интеллектуальный способ при взаимодействии с упорным ребенком будет давать ему, например, два варианта, которые ведут к одной цели.

         Вместо того чтобы говорить ребенку, что он должен надеть куртку, потому что на улице холодно, вы можете спросить его, хочет ли он надеть куртку с капюшоном или без капюшона.

          Изменяйте привычное. Если непослушание проявляется дома, попробуйте изменить местоположение — воспроизведите ситуацию в парке, на улице. Важно, чтобы при этом ребенка видели другие люди. Надо всегда менять стратегию, если вы понимаете, что не получается ребенка убедить, договориться с ним.

             Если ребенок упорствует, не желает договариваться, провоцируйте его на разговор и слушайте его. Когда упрямец делится своими переживаниями, он постепенно начинает проявлять свое чувство беспомощности и показывать, что ему на самом деле трудно. Ведь ваш упрямый ребенок еще совсем ребенок. А когда ребенок испытывает сильные негативные чувства (гнев, беспомощность, страх, разочарование), он не знает, как справиться с этими чувствами, ему нужно помогать и обучать его адекватному выражению своих разнообразных эмоций.

**КАК ЧАСТО ВЫ ГОВОРИТЕ "НЕТ"?**

        Родители склонны злоупотреблять словом "нет" в разговорах со своими детьми. Когда родитель злится и кричит "нет!" на каждую мелочь, ребенок перестает его слушать. Крики родителей отходят на второй план. Чтобы не доводить себя до таких эксцентричных состояний, вам надо в течение дня присоединяться к ребенку. Например, через поглаживания и через слова, используя положительное вместо отрицательного ("у тебя это так здорово получается", "ты очень ловко и быстро собираешь паззл", "ты нарисовал лучше меня").

        Такое "подключение" к ребенку помогает ему постоянно чувствовать свою привязанность к вам, и это будет заставлять его желать сотрудничать с вами.

         Развивает стремление к сотрудничеству и игра с "да". Если ребенок упрямится, задавайте ему вопросы, на которые он несколько раз подряд ответит утвердительно. "Нам с тобой так было всегда весело играть с этими мячиками, правда"? ("Да!"). "Возьмем в следующий раз в бассейн вот эти очки для плавания?" ("Да!"). "А вот этот динозавр может с нами плавать?" ("Да!"). "Покажи мне, как он это будет делать". Три "да" могут помочь сломить сопротивление вашего ребенка, а он будет чувствовать, что был услышан и понят. Ему будет интереснее показать вам динозаврика, нежели продолжать упрямиться.

**СМОТРИ НА МЕНЯ**

            Сохраняйте спокойствие. Ваша обязанность как родителя действовать ответственно, когда ваш ребенок упрямится. Не злитесь и не повышайте голоса. Крики только усугубят подобное поведение вашего ребенка. Чем упорнее вы себя ведете, тем больше ваш ребенок будет сопротивляться. Выступайте в качестве ролевой модели. Родители должны направлять своих детей, вы не можете ожидать от ребенка хорошего поведения, если сами не делаете то же самое. Поэтому не удивляйтесь, если ваш ребенок дуется и кричит, чтобы получить то, что он хочет, если вы всегда сами громко требовали желаемое.

**ПРИДУМАЙТЕ ПРАВИЛА**

             Вы как родитель не должны быть ни слишком мягким, ни слишком подавляющим. Любая крайность принесет неприятные результаты. Если ребенок встречается с постоянным "нет" даже без предоставления возможности выбирать, у него не будет развиваться способность принимать решения, не будет формироваться свое мнение. С другой стороны, если ребенок редко руководствуется требованиями родителей или всегда реализует только свой выбор, будет расти, скорее всего, неконтролируемый ребенок, и попытки управлять им не будут иметь никакого эффекта. Поэтому должны быть правила, которые будут помогать ребенку отказываться от своих неадекватных желаний. Если ребенок упорствует и вредит себе, расскажите ему, что, например, машина не заводится или коляска не может двигаться, пока он не будет нести сам свои игрушки или пока он не наденет шапку. Что-то может не работать или может вдруг ломаться. Главное, что все это должно мешать ребенку делать то, что он очень хочет (например, попасть на игровую площадку или в магазин).

           Вы как родитель стремитесь, чтобы ваш ребенок чувствовал себя уверенно, хорошо адаптировался в коллективе и справлялся со своими обязанностями, но если вы постоянно твердите ребенку, что он упрямый, непослушный и вы им недовольны, он в итоге будет думать, что с ним что-то не так. Немецкий философ Кант говорил, что упрямство имеет только форму характера, но не его содержание. Хотя некоторые дети бывают более упрямыми, чем другие, в тот или иной момент все дети проявляют в своем поведении упрямство и непослушание. И большинство родителей при этом считают, что в таких ситуациях они теряют контроль над воспитанием ребенка, инстинктивно реагируя гневом. Поведение ребенка им видится как игнорирование родительской воли. Однако что вскоре обнаруживается? Гнев и борьба только ухудшают ситуацию. Вместо того чтобы отдаваться борьбе за власть или пытаться силой подавить упрямство ребенка, вы как родитель можете направлять его энергию так, чтобы воля и сила духа ребенка приносили ему пользу.