

Непослушание и упрямство

В поведении ребёнка

Упрямство – это доступная для ребёнка форма заявления о себе, о своих желаниях, чувствах. Непослушание, упрямство в поведении ребёнка выражается в неповиновении, настаивании на том, что хочется только ребёнку.

Возможные причины

- протест против авторитарного воспитания или гипоопеки;
- предъявление ребёнку невыполнимых или взаимоисключающих требований;
- непоследовательное воспитание;
- возрастной кризис.

Рекомендации родителям

- 1** Обсуждайте совместный план на день. Планирование формирует организованность, дисциплину, самоконтроль поведения. Включайте в план время для совместных игр и общения.
- 2** Разработайте «детский планер» на неделю с посильными делами для ребёнка и разумной системой поощрений и наказаний.
- 3** Пересмотрите свою систему наказаний и поощрений (не преобладают ли запреты и ограничения в воспитании).
- 4** Чётко и конкретно формируйте требования и ожидания. Проверьте, правильно ли их понял ребёнок.
- 5** Хвалите не только за конечный результат, но и за старание. Сразу награждайте за желательное поведение и наказывайте за плохое, при этом помните, что порицать нужно не ребёнка (он безусловно любимый), а его поведение.
- 6** Составьте для себя список поведенческих проблем ребёнка. Разделяйте общую проблему на конкретные поведенческие «мишени». Решайте проблемы последовательно, одну за другой, а не все сразу.



Полезные игры дома с ребёнком

Игра “Час тишины и час “можно””

Договоритесь с ребёнком, что, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час «можно», когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, играть в шумные игры и т.д.



Игра “Всё наоборот”

Эта игра понравится маленьким упрямцам, которые любят делать всё наоборот. Попробуйте «легализовать» их страсть перечить. Взрослый должен демонстрировать самые разные движения, а ребёнок тоже должен выполнять движения, только совершенно противоположные тем, что ему показывают. Так, если взрослый поднял руки, ребёнку следует опустить их, если подпрыгнул - следует присесть, если вытянул ногу вперед - нужно отвести её назад и т.п.

Игра “Ловишки”

Ребёнок кладёт руки на стол ладонями вверх. Взрослый сидит напротив и держит руки на столе ладонями вниз. Взрослый быстрыми движениями старается коснуться своими ладонями ладоней ребёнка. Задача ребёнка быстро одёрнуть руки. Если взрослый коснулся ладоней ребёнка, то игроки меняются ролями.

