

**Как вести себя с ребенком, который упрямится**

Упрямство возникает на фоне постоянного стресса, в условиях которого вынужден находиться ребенок. Стимуляторами стрессового состояния могут стать конфликты в семье,

непоследовательное воспитание ребенка, а также рождение ребенка.

- Постарайтесь, чтобы ваша любовь не обернулась вседозволенностью и безнадзорностью. Установите четкие рамки запретов (желательно, чтобы их было немного - лишь самые основные) и позвольте ребенку свободно действовать в этих рамках.
- Строго придерживайтесь установленных запретов и разрешений.
- Не фиксируйте внимание на упрямстве, «не помните зла».
- Не забывайте хвалить ребенка, когда он этого заслуживает.
- Не соглашайтесь с ребенком только ради того, чтобы он от вас «отстал».
- Прежде чем обвинять ребенка в упрямстве, подумайте: а не проявляете ли упрямство вы сами? Часто упрямство ребенка становится реакцией защиты на чрезмерное упрямство родителей.
- Постарайтесь увлечь упрямого ребенка игрой - таким образом вы сможете победить то или иное проявление упрямства, не ущемив детского самолюбия. Ребенок должен выполнить ваше требование с мыслью, что оно совпало с его желанием.
- Чаще ставьте себя на место ребенка и смотрите на мир «его глазами».
- Предоставьте ребенку 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 во двор.
- Старайтесь не создавать ситуаций, в которых была бы возможность для проявления упрямства ребенка.
- Играйте вместе с ребенком - это улучшает взаимоотношения.
- Не используйте силовых методов, не показывайте своего морального и физического превосходства - таким образом вы разовьете у ребенка комплекс неполноценности, ожесточите его.

**Как не надо вести себя родителям с маленьким упрямым**

^ Ни в коем случае не требуйте от ребенка невозможного.

^ Не ведите борьбу с ребенком по разным поводам и пустякам.

Не старайтесь одерживать сплошные победы в своих воспитательных мероприятиях, касающихся особенно неукоснительного выполнения основных режимных моментов (еда, сон и т. д.). Помните, что здоровый ребенок не может беспрекословно подчиняться вам, а, невольно поддерживая упрямство, вы создаете почву для невротизации.

