

## ДЕТИ С СИЛЬНОЙ ВОЛЕЙ

*Старший воспитатель Губанова Людмила Федоровна*

У вашего ребенка сильная воля? Вы, возможно, так не думаете, но вам повезло. С такими детьми бывает нелегко, когда они маленькие, но если вы подавите в себе импульс «сломать их упрямство», то получите внутренне мотивированного, практически «несбиваемого с пути» лидера, когда малыш станет взрослым. Как обращаться с маленьким строптивцем рассказывает Лаура Маркхэм, психолог и автор бестселлеров по воспитанию. Что такое волевой ребенок?

Некоторые родители называют таких детей «трудными» и «упрямыми», но давайте видеть этих детей теми, кем они есть — цельными личностями, которые не так легко меняют свои взгляды. Эти дети отважны, они хотят познавать все сами и не довольствуются тем, что услышали от других именно поэтому они пробуют пробить границы дозволенного снова и снова. Они не хотят, чтобы ими командовали, более того, они стремятся всегда «быть правыми». Если они что-то задумали или чем-то увлеклись — их мозгу тяжело переключиться на что-то другое. А еще эти чудесные целеустремленные дети часто играют в борьбу за власть с родителями. Однако помните, что для борьбы нужны двое. И вы не обязаны вступать в нее тогда, когда ваш ребенок «нажмет кнопку». Вы можете сделать так, чтобы ваш ребенок «сохранил лицо» и одновременно сделал, как вы хотите. Вы можете уклониться от очередной изнурительной схватки, в которой выглядите как беснующийся ровесник вашего упрянца. Никому не нравится, когда ему говорят, что делать, а волевой ребенок находит это просто неприемлемым. Если вы, оставляя за собой право устанавливать границы, дадите ребенку почувствовать себя понятым, вы избежите ненужного противостояния. Ваша задача найти решение, при котором выиграют все: вы сэкономите нервы, а ребенок научится основам переговорного процесса и поискам компромисса.

Чего мы хотим в результате?

Дети с сильной волей — это не просто «трудные» дети, они чувствуют, что их личность подвергается насилию, если им приходится слушать чьи-то приказы. Если им разрешают выбирать, то они с удовольствием сотрудничают. Если вы считаете, что послушание — основа воспитания, то попробуйте пересмотреть свои взгляды. Вы хотите вырастить ответственного, уравновешенного, помогающего ребенка, который принимает правильные решения и совершает правильные поступки, даже

когда другим это тяжело. Но где здесь послушание? То, каким человеком вы хотите вырастить ребенка, основано на том, чтобы поступать правильно на основе внутренней мотивации, поступать правильно, несмотря ни на чьи приказы. Поэтому наша задача — научить самодисциплине и ответственности, а не слепому подчинению, научить отличать людей, которым можно верить от тех, кому доверять нельзя. Если вы сломаете волю ребенка, вы оставите его уязвимым для чужого влияния, которое часто бывает не в интересах ребенка.

Как же обратить сильные стороны ребенка ему на пользу?

Позвольте ему экспериментировать. Они должны сами увидеть, что духовка — горячая. В общем, если речь не идет о риске травм и серьезных увечий — позвольте ребенку самому получать свой опыт, не пытайтесь контролировать каждую секунду его жизни. И то, как этот ребенок не слушается — это тоже эксперимент, он хочет узнать границы вашего терпения, границы дозволенного. Если вы это поймете, вам будет проще оставаться спокойным. И сохранить хорошие отношения с ребенком.

Позвольте ему отвечать за себя

Быть самому себе хозяином — это то, чего более всего желает ваш ребенок. Пусть он делает сам как можно больше дел. Не зудите про то, почистил ли он утром зубы, спросите лучше: «Что еще тебе нужно сделать до выхода из дому?». Если «намек не понят», то кратко перечислите: «Каждое утро мы завтракаем, чистим зубы, ходим в туалет и собираем рюкзак. С рюкзаком ты справился, что еще осталось сделать?». Так ребенок будет чувствовать себя более независимым и ему нужно будет меньше вставать в оппозицию к вам. Да и ответственность привьется.

Давайте ему выбор.

Если вы приказываете ребенку, он, скорее всего, бунтует. Если вы даете ему выбор, то он почувствует себя хозяином своей жизни. Однако есть ситуации, в которых нет выбора. Например: надо идти в сад или школу, и предложить на выбор больше нечего. Тогда предложите: «Ты хочешь выйти сейчас или через 10 минут? Окей, через 10 минут, но без капризов. Чем тебе помочь, чтобы тебе было нетрудно закончить ровно через 10 минут?» Дайте ему власть над его собственным телом.

«Ты сказал, что не хочешь одевать куртку сегодня. А на улице холодно, я-то точно буду в куртке. Ты, конечно, волен распоряжаться своим телом, но только если это не вредит здоровью. Поэтому если ты решишь куртку не одевать, а потом замерзнешь на улице, я бы не хотела бежать назад за ней. Поэтому я положу ее тебе в рюкзак на всякий случай». Не надо рисовать себе ужасные картины с больничными койками. Ребенок, которого не заставляли

криками одеть куртку, спокойно и «не теряя лица» попросит ее, если ему станет холодно. Сейчас в коридоре ему жарко и кажется, что он прав. А вы его научите, что надо прислушиваться к советам и думать заранее, и передумать — не позор.

Гасите конфликт через правила и традиции.

Тогда вы не будете выглядеть капралом, который тиранит салага, вы нормальным голосом скажете: «Наше правило — ложиться спать в 21.00. Если ты поторопишься, мы еще успеем почитать до сна» или «В этом доме сначала нужно сделать уроки, а потом играть на планшете». Не подталкивайте ребенка к конфликту с вами.

Агрессия вызывает агрессию, давление вызывает противодействие. Искушение любого родителя — занять позицию: «Потому что я так сказал!» — но даже если вы выиграете одну «битву», вы, как родитель, можете проиграть отношения с ребенком. Остановитесь. Сделайте вдох-выдох. Если у вас есть сомнения в том, что вы правы, скажите: «Хорошо, это ты можешь решить сам». Если нет, то укажите, какую часть вопроса он может решить или предложите альтернативу, не ставя под угрозу его здоровье и безопасность.

Позвольте ребенку остаться при своем мнении.

Вам не нужно никому доказывать, что вы правы. Вы можете и должны устанавливать границы, но вы не должны ломать волю ребенка. Да, он должен выполнять то, что вы просите, но ему нужно позволить оставаться при своем мнении.

Слушайте ребенка

Вы, как взрослый, можете считать, что лучше знаете. Но у вашего ребенка сильная воля в том числе благодаря его целостности. У него есть собственное мнение, которое заставляет его занимать определенную позицию, он старается защитить что-то, что ему дорого и важно. Только спокойно слушая ребенка и размышляя над его словами, вы можете понять, почему ребенок восстает против вас. Постарайтесь не судить преждевременно: «Я поняла, что ты не хочешь купаться. Расскажи почему». Все очень просто: ребенок боится, что его засосет в трубу. Конечно, вы убедите его, что все в порядке, но если бы вы принялись орать и запикивать его в ванну, вы бы так и не поняли, что для его отказа есть причина. Посмотрите на ситуацию его глазами.

Например, ребенок может быть сердитым, потому что вы обещали ему выстирать его плащ Супермена и забыли. Для вас это упрямство. А для него — несправедливая обида, а вы — врун и лицемер, потому что требуете от него придерживаться данных обещаний, а своего слова не держите. Тогда

вам нужно извиниться за то, что не сдержали обещания, сказать, что постараетесь сдерживать слово в будущем и вместе постирать этот плащ. Как раз хорошая возможность научить дитя стирать. В общем, относитесь к ребенку так, как вы хотели бы, чтобы относились к вам. Дисциплинируйте через отношения, а не через наказание.

Дети ничему не учатся, когда они находятся внутри конфликта. Как у всех остальных, у них в этот момент бурлит адреналин и информацию они не воспринимают. Дети хорошо себя ведут, чтобы доставить нам удовольствие. А чем больше вы ругаете их и наказываете, тем меньше они хотят сделать нам приятно своим хорошим поведением. Если ребенок расстроен, помогите ему высказать свое переживание, страх или разочарование — и они исчезнут. Тогда ребенок будет готов слушать вас, когда вы напомним, что в этом доме все разговаривают друг с другом по-хорошему. Да, в этом случае помните, что ребенок не всегда будет делать то, что вы говорите, но всегда будет делать то, что вы делаете!

Уважение и эмпатия.

Большинство волевых детей борются за уважение. Если вы его выказываете, то ребенку уже незачем бороться для того, чтобы защитить свою позицию. И, как и всем нам, им приятно, когда они чувствуют себя понятыми. Например, ребенок хочет надеть костюм Супермена в церковь, а вы находите это неприемлемым. В этом случае вы также можете проявить и уважение, и эмпатию: «Тебе очень нравится этот костюм и тебе хотелось бы его надеть, но мы одеваемся в церковь так, чтобы и нашим внешним видом показать уважение к Богу, поэтому потешный костюм в церковь не надевают. Но мы можем взять его с собой, и ты его наденешь на обратном пути?» Вам кажется, что это попустительство? Нет, вы устанавливаете границы, но при этом показываете, что понимаете точку зрения ребенка, а это значит меньше конфликтов и больше сотрудничества.

