

## Детские капризы и упрямство

Многих родителей беспокоят капризы и упрямство детей. На самое обычное предложение – помыть руки, подготовиться ко сну, убирать игрушки – ребенок отвечает либо молчаливым неповиновением, либо бурным протестом. Подобные реакции у некоторых детей проявляются столь часто, что взрослые начинают относиться к этому так же, как к закономерным явлениям дошкольного возраста. Считать, что капризы и упрямство обязательно сопутствуют детству, совершенно неправильно. Но упрямство и капризы у дошкольников нередкое явление.

Иногда родители отмечают в поведении своих детей только капризы или только упрямство, но часто, эти явления ходят по руку, или отсутствуют вовсе.

Упрямство и капризы могут чередоваться у одного и того же ребенка в разной форме в период с 2,5 до 3 лет. В дальнейшем поведение нормализуется, и, лишь, иногда наблюдается «вторая волна» упрямства в среднем дошкольном возрасте, около 5 лет. Капризность же, обычно, развивается начиная с 4 лет и во многом определяет поведение ребенка в среднем и даже в старшем дошкольном возрасте. И упрямство, и капризы – две стороны одного и того же нарушения в поведении: у детей более сильных, это чаще выражается в упрямстве, у слабых – в капризах.

Каприз – это форма выражения детских желаний или способ завоевания им прав и свобод.

Что же мы понимаем под словом «каприз»? Ребенок понимает «нельзя», но настаивает на своем, несмотря ни на что. Излюбленная фраза: «Я не хочу»

Упрямство – один из самых распространенных видов детских капризов, неперенный спутник возрастных кризисов. Упрямство чаще используется как средство разрешения конфликтов и противоречий между родителями и детьми, своеобразный способ самоутверждения в глазах взрослых и сверстников. Выражается в: «Я хочу»

Капризы могут быть случайными, а бывают и регулярными, они могут превратиться в привычную форму поведения. Капризный ребенок от упрямого отличается не только излюбленным выражением («я хочу», «я не хочу»), но и тем, что для упрямого самое главное – не уступить взрослому, настоять на своем, а у «капризули» - желание всегда находиться в состоянии «готовности к капризу».

### **Частые причины капризов и упрямства:**

- непостоянство требований взрослых к ребенку;
- гиперопека (ребенку не дают быть самостоятельным: «он еще маленький»)
- режима дня;

- обстановки;
- новых впечатлений;
- плохое самочувствие во время болезни;
- переутомление (физическая и психологическая перегрузка).

### **Способы преодоления капризов и упрямства:**

- ✓ Выстраивайте единые требования в семье к ребенку.
- ✓ Объясните значение слова «нельзя».
- ✓ Исключите стремление "сломать силой авторитета".
- ✓ Используйте спокойный тон общения.
- ✓ Будьте в поведении с ребенком настойчивы. (если нет, то это «нет» непоколебимо).  
Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса. И объяснены ребёнку, почему в этот раз произошла уступка.
- ✓ Примите истерики без лишнего волнения и не придавая большого значения им.
- ✓ Развивайте самостоятельность ребенка.
- ✓ Не забывайте о совместной деятельности взрослого и ребёнка.
- ✓ Учите ребенка вырабатывать настойчивость в достижении только конкретных обоснованных целей.
- ✓ Объясняйте ребенку, что он не прав и почему.
- ✓ Объясняйте почему вы делаете именно так, а не иначе.
- ✓ Во время приступа оставайтесь рядом с ребенком, показывая понимание его проблем. Не пытайтесь в это время что-либо внушать вашему ребенку. Ругань так же не поможет (физическое воздействие тем более).
- ✓ Лишите внимания и дайте понять, что Вам это не нравится, и что Вы не обязаны его слушать, пока он не начнет вести себя более благоразумно.
- ✓ Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести.
- ✓ Не прибегайте к помощи посторонних (истерика требует зрителей).
- ✓ Постарайтесь использовать отвлекающие маневры, которые заинтересуют малыша.
- ✓ Постарайтесь найти подход к своему ребенку, тогда и капризов станет гораздо меньше. Любите друг друга и относитесь с пониманием!

Следующие моменты очень важны в предупреждении и борьбе с упрямством и капризами. Речь пойдет о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребенка нельзя наказывать и ругать, когда можно и нужно хвалить:

### **НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:**

- достигнуто не своим трудом,
- не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум),

- из жалости или желания понравиться.

### **НАДО ХВАЛИТЬ:**

- за поступок, за свершившееся действие,
- начинать сотрудничать с ребенком всегда с похвалы, одобрения,
- очень важно похвалить ребенка с утра, как можно раньше и на ночь тоже,
- уметь хвалить, не хваля (пример: попросить помощи, совета, как у взрослого).

О наказаниях необходимо остановиться более подробно.

### **НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ:**

- когда ребенок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни, так как в это время психика ребенка уязвима и реакция непредсказуема;
- когда ребенок ест, сразу после сна и перед сном;
- во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребенок не может завязать шнурки);
- после физической или душевной травмы (пример: ребенок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват);
- когда ребенок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался;
- когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны;
- когда вы сами не в себе.

### **Главное ПОМНИТЕ, что**

1. Наказание не должно вредить здоровью.
2. Если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребенок, или вы сомневаетесь в том, что совершенное действие вообще достойно наказания, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя).
3. За 1 проступок - 1 наказание (нельзя припоминать старые грехи).
4. Лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
5. Надо наказывать и вскоре прощать.
6. Если ребенок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан.
7. Ребенок не должен бояться наказания.

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своем семейном воспитании очень сложно, но, вероятно, каждый родитель выберет из всего выше перечисленного недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в вашей семье.