Капризы: как реагировать?

Капризы, истерики, **упрямство** довольно часто встречаются в детском возрасте. Такое поведение, безусловно, беспокоит, а иногда и раздражает взрослых.
Капризы и упрямство рассматриваются как составляющие отклоняющегося поведения, наряду с:

1. Непослушанием, выражающемся в непослушании и озорстве
2. Детским негативизмом, т.е. непринятием чего-либо без определённых причин.
3. Своеволием
4. Недисциплинированностью

Все выше перечисленные формы отклоняющегося поведения различаются лишь по степени социальной опасности, а также зависят от возрастных и индивидуальных особенностей личности ребёнка.
Понятия «капризы и упрямство» очень родственные и чёткой границы провести между ними нельзя. И способы преодоления капризов и упрямства одинаковы, но об этом позже.
Итак, что же такое **упрямство**?

УПРЯМСТВО — это особенность поведения, выражаемая в стремлении непременно поступать по-своему, несмотря на все просьбы, указания и доводы других людей. Детское **упрямство** чаще всего проявляется в стремлении делать все по-своему, наперекор взрослым.
Таким образом, детское **упрямство** является одним из способов утверждения себя как личности.

КАПРИЗЫ в отличии от упрямства - это действия, которые лишены разумного основания, направленные на то, чтобы оказать сопротивление требованиям старших и настоять на собственных желаниях т.е. «Я так хочу и всё!!». **Капризы** часто сопровождаются плачем, криком, топаньем ног, разбрасыванием подвернувшихся под руку игрушек. Подчас **капризы** ребенка нелепы и совершенно невыполнимы. Например, ребенок вдруг захотел сока, которого в доме нет, или он хочет идти в детский сад с мамой, а не с бабушкой.

Существуют несколько причин появления упрямства :

• Недостаток внимания со стороны **родителей**. Своим демонстративным поведением ребенок пытается обратить на себя внимание взрослых.

• *«Месть»*. Причины детской мести могут быть разные: обида, ревность, невыполненное обещание или несправедливое наказание.

• Борьба за самостоятельность и протест против слишком большой **родительской опеки**.

Капризы могут быть предвестниками болезни. Ребенок ощущает какие-то физические недомогания, но сказать об этом не умеет. Зачастую такое состояние он стремится подавить, требуя то одного, то другого, жаждет внимания взрослых. Но так, как и удовлетворяемые желания не приносят ему физического облегчения, то он плачет и капризничает.

Часто причины капризов заключаются в неправильном воспитании. Ребенок постоянно плачем добивается удовлетворения своих желаний, и взрослые незамедлительно выполняют их. Постепенно у малыша формируется привычка добиваться делаемого с помощью плача и крика. Незаметно закрепляясь, эта привычка становится чертой характера.

Что же делать с упрямством ребенка?

Если всё дело в ваших действиях - **начинайте с себя**. Пересмотрите ваши собственные требования к послушанию ребёнка. Выделите ему достаточное пространство для проявления самостоятельности, инициативы, предоставьте ребенку право выбора. Поскольку одним из условий профилактики **упрямства и капризов** является предоставление определенной свободы действий для вашего ребенка. Например, хочет он самостоятельно одевать и застегивать одежду или нести корзинку в магазине – предоставьте ему эту возможность. Предложите ему самому, например, выбрать, что одеть утром в садик, этим вы **будете** приучать своего ребенка самостоятельно принимать решения и отвечать за них.

Пусть вам это не покажется странным и забавным — **смените лексику**. Исключите из употребления такие слова как ***«упрямый»***, *«вредный»*, и тем более *«ты делаешь назло»* или, не дай Бог, *«ты не любишь маму»*

Здесь есть еще одно важное правило: ребенок должен уметь выражать свои желания словами, а не хныкать и обиженно сопеть. Для этого с ним нужно больше разговаривать, учить логически мыслить. Чаще задавайте вопросы ребенку: *«Объясни мне, в чем дело?»*, *«Что тебе не нравится?»* *«Почему ты плачешь?»*, *«Скажи, и я буду знать, как тебе помочь!»*.

Не забывать о единстве требований к ребенку со стороны всех взрослых. Указание, данное одним из членов семьи, должно поддерживаться остальными, тогда ребенок не будет искать защиты то у бабушки, то у мамы или папы. Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении. Приготовьтесь к тому, что время от времени ребенок будет испытывать Вас. Есть соблазн махнуть рукой и сдаться. Но это именно тот случай, когда *«нужно быть спокойным и твердым в своих решениях»*, потому что этим вы облегчите дальнейшее существование не только себе, но и ему тоже.

Ну и конечно обязательно хвалите своего ребенка. Как можно больше общайтесь с ним, всякий раз находя способ показать ваше положительное отношение к нему. Поддерживайте ребенка в действиях, давая ему возможность иногда совершать ошибки и учиться на них.

7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:

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

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём 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.