



Детские капризы

Наверное, многие из мам и пап, бабушек и дедушек чувствовали себя хотя бы раз неуютно, когда их любимое чадо неожиданно заливалось слезами, поднимало крик, а то и начинало биться об пол. Такие эмоциональные проявления характерны для детей от 1 года до 5 лет. Как раз в этом возрасте в развитии ребёнка происходит перестройка, в процессе которой происходит приобретение им нового опыта. Ребёнок начинает больше понимать, острее переживать эмоциональные конфликты, кроме того, он идёт в детский сад. Именно в это время малыш и начинает капризничать, узнав, что на свете, кроме слова «да», существует слово «нет».

Итак, почему ребёнок капризничает?

- Ребёнок капризничает, плачет, если его что-то беспокоит, он болен, но сам этого не понимает. Ведь маленькие дети не могут чувствовать, что происходит в их организме, так, как чувствуют и понимают взрослые.
- Малыш хочет привлечь к себе внимание. Он выбрал такой способ общения с вами, потому что ему не хватает вашего общества, вашей любви.
- Капризничая, ребёнок хочет добиться чего-то желаемого – покупки или разрешения гулять по лужам или ещё чего-то, что родители запрещают из непонятных малышу соображений.
- Ребёнок выражает протест против чрезмерной опеки и демонстрирует желание быть самостоятельным. Это вполне естественно, если вы постоянно им руководите: «Туда нельзя!», «Не пачкайся!», «Перестань смотреть по сторонам!» и т.п. Ребёнок должен чувствовать, что его не только опекают, но и понимают и уважают, дают право самостоятельного выбора. В противном случае он всегда будет действовать по вашей указке и никогда не обретёт самостоятельность и уверенность в себе.
- Психоэмоциональное напряжение. Может он сегодня не выспался или очень устал? Да и ваши семейные ссоры и скандалы могут повлиять на его настроение.

У некоторых детей истерики бывают довольно часто. Как правило, эти дети отличаются целеустремлённым характером и куда более настойчивы в своих желаниях, чем их мягкие и послушные сверстники. Одни дети быстро раздражаются и также быстро затихают. Другие истерику закатывают по всем «правилам»: топают ногами, плачут, кричат, швыряют всё, что под рукой, бросаются на пол. Всё дело в темпераменте: дети с более сильным типом нервной системы более упрямы, те же, у кого нервная система слабая, чаще капризничают.

Конечно, избежать капризов нельзя, важно не допустить их превращения в черту характера. Правильно говорят: легче справиться с 1 капризом, чем победить 101.

Как бороться с детскими капризами? Или эффективное поведение родителей в проблемной ситуации:

**Стимулируйте развитие у ребёнка взрослых черт поведения:* умения говорить о своих желаниях, разговаривать, общаться, стремления объяснить и понять. Не берите ребёнка на руки, опуститесь на уровень его глаз: «Скажи, чего ты хочешь, не плачь, а скажи», «Успокойся, поговорим».

**Учите и учитесь договариваться, находить компромиссы.* Например, ребёнок не хочет идти с прогулки домой. Опуститесь на уровень его глаз и скажите: «Хорошо, мы погуляем ещё 10 минут, когда я подойду к тебе и позову, мы пойдём домой. Договорились?»

**Попробуйте общаться с ребёнком на равных:* беседуйте с ним, рассказывайте о своих чувствах, о том, что видели (по дороге домой или в детский сад).

**Устанавливайте правила и границы дозволенного, в том числе и наказания.* Если вы хотите, чтобы дети как можно раньше научились следовать вашим указаниям, управлять своим поведением, пытайтесь вводить в повседневную жизнь ребёнка не очень сложные правила. Это поможет ему лучше ориентироваться в ситуациях, придаст уверенности и избавит вас от чтения бесконечных нотаций. Чтобы правила оказались более эффективными, следует учитывать некоторые условия:

- правило должно быть конкретным;
- каждое правило лучше повторять по несколько раз;
- правило можно не только произнести, но и нарисовать;
- постарайтесь, чтобы правило звучало не как приказ или указание, а как доброжелательный совет;
- формулировка правила должна быть позитивной (лучше сказать: «Говори тихо», а не «Не кричи!»)
- обосновывайте для ребёнка применение правила;
- если ребёнок испытывает правило на прочность, провоцируя вас на окрик или шлепок, оставайтесь спокойными и твёрдыми в выполнении правила.

Понимание, что в жизни существует не только «хочу», но и «надо», следует прививать с малых лет. Ребёнок должен руководствоваться не только своими желаниями, но и учитывать потребности других людей.

**Нет ничего опаснее для ребёнка, чем хаос, поэтому:*

- чаще всего капризничают дети в семьях, где между взрослыми нет согласия и единства;
- будьте сами последовательны и строги в своих требованиях, иначе слёзы и истерики станут способом достижения своего и ребёнок поймёт, что мамыны угрозы могут оказаться пустыми словами. Не шантажируйте ребёнка («если ты..., то...»). Прежде, чем что-то запретить, решите, готовы ли вы спокойно вынести каприз.

**Протест можно заменить игрой.*

Попросите одеть куклу или собрать в детский сад мишку, обратитесь от их имени к ребёнку. Используйте соревнование во время сбора игрушек (кто последнюю игрушку положит, тот и выиграл).

**Стимулируйте и развивайте самостоятельность, творчество ребёнка.*

Поддерживайте и создавайте ситуации, где ребёнок может проявить свою активность, настойчивость, независимость, испытать чувство «важности». Дайте ему роль «консультанта»: «Посмотри, чистое ли у меня лицо», «Какую тарелку ты поставишь для папы?», «Выбери себе чашку». Полезные вопросы: «Ты наденешь колготки красные или жёлтые? Что тебе приготовить на завтрак – яичницу или хлопья с молоком? Почему ты это хочешь? А чем бы ты хотел заняться (при отрицании других предложений)?»

**Нужно разнообразить опыт общения ребёнка со взрослыми, включая в общее дело, при этом незаметно помогая и громко радуясь его самостоятельности.*

Чем содержательнее жизнь ребёнка, тем меньше времени и сил остаётся на капризы.

Желаю удачи!

Педагог-психолог: Нина Сергеевна

Ссылка на источник:

Справочник педагога – психолога №7, 2013г.