**«Психолог советует»**

**«Капризы и упрямство»**

Прежде чем приступить к рассмотрению темы "Капризы, упрямство и способы их преодоления", необходимо определить область этой темы, т.е. поставить её в определённые рамки.

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.

**УПРЯМСТВО –**это психологическое состояние, очень близкое к негативизму. Это отрицательная особенность поведения человека, выражающаяся в необоснованном и нерациональном противодействии просьбам, советам, требованиям других людей. Вид упорного непослушания, для которого нет видимых мотивов.

**Проявления упрямства:**

* в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы;
* выступает как психологическая защита и имеет избирательный характер, т.е. ребёнок понял, что совершил ошибку, но не хочет в это признаваться, и поэтому " стоит на своём".

**Упрямство может стать чертой характера,**

**если не принять меры к его преодолению.**

С течением времени оно порождает детскую лживость, может привести к расстройству нервной системы, неврозам, раздражительности. Если такие проявления, ещё в дошкольном возрасте, из реактивных состояний переходят в хронические, то возникает начальная стадия педагогической запущенности.

**КАПРИЗЫ -**это действия, которые лишены разумного основания,

т.е. " Я так хочу и всё!!!".

Они вызываются слабостью ребёнка и в определённой степени тоже выступают как форма самозащиты.

**Проявления капризов:**

* в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы;
* в недовольстве, раздражительности, плаче;
* в двигательном перевозбуждении.

Развитию капризов способствует неокрепшая нервная система.

**Что необходимо знать родителям**

**о детском упрямстве и капризности:**

1.     Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

2.     Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5- 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная.

4.     Пик упрямства приходится на 2,5- 3 года жизни.

5.     Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

6.     Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

7.     В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых детей – до 19 раз!

8.     Если дети по достижению 4 лет всё ещё продолжают часто упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего речь идёт о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат **соглашательского поведения** родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко **ради своего спокойствия**.

**Что могут сделать родители для преодоления**

**упрямства и капризности у детей:**

1.     Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.

2.     Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

3.     Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.

4.     Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.

5.     Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

6.     Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.

7.     Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.

8.     Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление " сломить силой авторитета".

9.     Спокойный тон общения, без раздражительности.

10.  Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.

Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь пойдёт о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка 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 ребёнком всегда с похвалы, одобрения;
* очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже;
* уметь хвалить не хваля (**пример:** попросить о помощи, совет, как у взрослого).

**НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ, КОГДА:**

1. ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема;
2. когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном;
3. во всех случаях, когда что-то не получается (**пример:** когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать …,застегнуть);
4. после физической или душевной травмы (**пример:** ребёнок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват);
5. когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался;
6. когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны;
7. когда вы сами не в себе.

**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.