

РАЗБИРАЕМСЯ В ГЛАВНОМ



- В кого пошёл наш ребёнок, почему у него так много упрямства, ведь в нашей семье все спокойные?
- Как нам реагировать на упрямство ребёнка?
- Нужно ли замечать капризы ребёнка или лучше их игнорировать?
- Когда ребёнок капризничает, его нужно ругать или высмеять его поведение?
- Можно ли избежать капризов и упрямства ребёнка?
- Если ребёнок капризничает в общественном месте, как следует себя вести?

Капризы и упрямство – способ поведения ребенка, заключающийся в противодействии требованиям, указаниям и действиям взрослых, игнорировании просьб или замечаний, стремлении настоять на своем.

Упрямство – чрезмерная и неблагоприятная настойчивость.

Каприз – форма своевольного импульсивного поведения, неадекватного обстановке, не имеющего причины и лишённого смысла. Каприз – это прихоть, причуда, непостоянство нрава, это действие из озорства, наперекор.

В словарях капризы определяются как «необоснованное, своевольное желание, неожиданная прихоть, причуда», а упрямство – «крайняя неуступчивость, несговорчивость». Все взрослые знакомы с этими негативными (разной степени) проявлениями в поведении детей – хныканьем, плачем, истерикой, намеренным молчанием и «надутостью», стремлением разбросать или сломать окружающие предметы и т.п.

Причины такого поведения разные, но они не связаны с наследственностью. Возможно, некоторое сходство с некоторыми формами поведения родителей или одного из родителей, но это «подсмотренные» ребенком и перенятые от взрослых способы реагирования на некомфортные условия. Не следует обвинять ребенка в плохом характере и ругать его. Чаще всего причиной такого поведения бывают внешние факторы, но не наследственность.

Эти проявления могут усиливаться и учащаться в так называемые кризисные периоды – в возрасте 1 года, 3 и 7 лет. Происходит это из-за того, что ребенок к определенному возрасту становится способным к большему, а взрослые еще не перестроились, достойно не оценили возросшие возможности ребенка и не готовы перестроить свои взаимоотношения с малышом.

Поводы для появления упрямства и капризов может быть множество. Но причин возникновения не много: 1) плохое самочувствие ребенка, вызванное утомлением (физическим или эмоциональным) или начинающимся заболеванием (например, простудой); 2) определенные нарушения отношений между ребенком и взрослым, не вполне адекватное и корректное взаимодействие родителя с ребенком.

Если все-таки ребенок начал капризничать, в первую очередь родителям надо убедиться, что ребенок себя хорошо чувствует, не заболевает

ли он. Может, следует уложить ребенка, дать ему отдохнуть и начать лечение.

Взрослым стоит вспомнить события дня, которые прожил ребенок. Возможно, он устал или был в каких-то ситуациях эмоционально сильно напряжен. Родителям надо оставить ребенка в покое и дать возможность ему успокоиться. Можно предложить расслабляющее нервную систему занятие, например, принять теплую ванну или вместе с ним послушать спокойную музыку, посмотреть в окошко.

Если ребенок просто капризничает и это никак не связано с его самочувствием, родители должны переключить внимание ребенка с «предмета» капризов и упрямства. Можно попросить выполнить какую-нибудь просьбу или поручение, например, найти игру или книжку, а потом вместе почитать или поиграть.

Если ребенок продолжает плакать и упорствовать, лучше дождаться, когда ребенок «придет в норму». Только потом, когда он успокоится, поговорить с ним о причине такого поведения и о том, как можно было вести себя иначе, приемлемым способом. Если желание ребенка осуществимо, но выполнить его можно не в данный момент времени, родителям следует поговорить о том, когда конкретно это желание можно будет осуществить.

В процессе общения с ребенком следует оставаться спокойным, проявлять терпение. Не следует использовать грубый тон, резкость, «давить» на него авторитетом взрослого, но не надо и уговаривать его прекратить капризничать и проявлять упрямство.

Нередко родители наказывают детей за капризы и упрямство. При этом не надо лишать ребенка прогулки, общения с друзьями или взрослыми. Пожертвовать можно сладостями, телефоном, компьютерной игрой, мультфильмом. Обязательно следует объяснить ребенку, за что его наказывают, чтобы не провоцировать новые капризы.

Но детские капризы и упрямство целесообразно предупреждать, а не бороться с ними. Для этого необходимо, прежде всего:

- определить правила поведения и распорядка;
- четко обозначить условия и границы дозволенного и запрещенного.

Если когда-то родители сказали «нет», стоит быть последовательными и оставаться верными своему слову, независимо от того, как себя ведет

ребенок. Всегда надо хвалить ребенка за то поведение, которое нравится взрослому – родителям или воспитателю, проговаривая конкретно, какие действия ребенка нравятся. Стоит предоставлять ребенку в определенных ситуациях возможность разумного выбора (например, в выборе одежды или занятия).

Родителям следует выделять для себя те ситуации, когда подобные негативные проявления в поведении ребенка наблюдаются. Целесообразно избегать таких ситуаций. Если такой возможности нет, следует предварительно проговорить с ребенком, какое поведение взрослый от него ожидает. Например, если капризы сопровождают расставание родителей с ребенком, стоит рассказать, куда они идут и зачем, когда вернутся.

Обязательно следует предложить ему какие-то интересные дела, которыми он может заняться, пока родителей нет. После возвращения взрослым обязательно надо выслушать рассказ ребенка, расспросить его подробнее, что и как он делал в отсутствие родителей.

УПРЯМСТВО И КАПРИЗЫ

СПЕЦИАЛИСТЫ СОВЕТУЮТ

- **Соблюдайте установленные правила поведения и распорядок дня.**
- **Сохраняйте последовательность своих действий и оставайтесь верны правилам и своему слову, независимо от того, как себя ведет ребёнок.**
- **Всегда хвалите ребенка за то поведение, которое Вам нравится, указывая на конкретные действия ребёнка.**
- **Старайтесь проговаривать правила поведения ребёнка в новых ситуациях.**
- **Старайтесь понять причину возникших у ребёнка капризов или упрямства.**
- **Соблюдайте спокойствие и проявляйте терпение при взаимодействии с капризничающим ребёнком.**
- **Следуйте правилам и настаивайте на своем, не уговаривайте ребёнка прекратить капризы и упрямство.**
- **Помните, что наказание за упрямство и капризы касаются только детских развлечений.**

