# Консультация психолога для родителей «Капризы и упрямство детей»

Неровная Елена Григорьевна.
Консультация психолога для родителей «Капризы и упрямство детей»

**Капризы**, истерики, **упрямство** довольно часто встречаются в детском возрасте. Такое поведение, безусловно, беспокоит, а иногда и раздражает взрослых.

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.

Например, ребенок может отказываться есть, ложиться спать, идти на прогулку и т. д., повинуясь единственному стремлению — идти наперекор взрослым, даже если это не выгодно ему самому.

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. **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.

Период **упрямства и капризности** начинается примерно с 1,6 – 2 лет, а продолжаться может достаточно долго, в зависимости от методов воспитания.

Ребенок узнает, что он не похож на других, и уже одно это делает его трудноуправляемым и взрывным. Это время называют этапом негативизма. Причем начало его часто бывает неожиданным. Покладистый и послушный малыш вдруг наотрез отказывается ложиться спать, выполнить просьбу или, нарочно берет то, что брать нельзя, — словом, делает все не так, как хочется вам. Развитию **капризов** способствует неокрепшая нервная система ребенка, неумение управлять собственными эмоциями.

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**.

Что же делать с **упрямством ребенка**?

Прежде всего, проанализируйте ситуацию, найдите причину возникновения подобной реакции у 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.

А так же, 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»*.

Попробуйте вместо этого говорить ребенку о том, что он настойчивый, независимый, самостоятельный и ответственный. Постепенно положительная окраска **упрямства** станет действительностью — потому что и вы, и ваш ребенок в это поверите.

Чаще ставьте себя на место ребенка и смотрите на мир "его глазами".

Важно выяснить, в чем интерес ребенка, почему он хочет сделать именно так, ведь в детском поведении присутствует своя логика, нужно лишь ее обнаружить. **Психологи утверждают**, что если взрослый разговаривает с малышом на равных, пытается понять причину **упрямства**, ребенок видит, что его мнение ценят и учитывают — и смягчается.

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 нравиться?»* *«Почему ты плачешь?»*, *«Скажи, и я буду знать, как тебе помочь!»*.

Ребенку будет гораздо интереснее и легче выполнять то, что от него требуют в процессе игры. К примеру, если вы предложите вашему малышу, чтобы он показал любимой игрушке, как нужно быстро и хорошо умываться или одеваться, то ваш малыш станет с большим желанием выполнять эти действия. Еще можно предложите ему одеваться, есть и т. п. на перегонки с вами.

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.

Не обещайте детям того, что не может быть выполнено. А так же не следует добиваться послушания ребенка посредством подкупа. Иначе он либо перестанет верить обещаниям, либо станет подчиняться только при условии, что за это получит вознаграждение.

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.