***Детские капризы и упрямство***

Капризы (в переводе с французского прихоть, причуда) – стремление детей добиваться чего – то запретного, недостижимого и невозможного в данный момент. Обычно капризы беспричинны, почти всегда сопровождаются плачем, криком, топаньем ног, разбрасыванием вещей. Необходимо отметить самое главное: капризы детей 4 – 5 летнего возраста – это возрастной негативизм. Ребенок начинает делать все наперекор. Родители ведут его в одну сторону, а он идет в другую. Только что он требовал яблоко, но, получив его, он отказывается его кушать.

Объяснение всему происходящему следующее:

- Все это называется утверждением своего собственного «Я».

- Позитивно ребенок утвердить свою личность пока не может и идет от противного «Вы так, а я – наоборот! ».

- Ребенок хочет доказать, что у него тоже есть свое мнение, отличающееся от мнения взрослых.

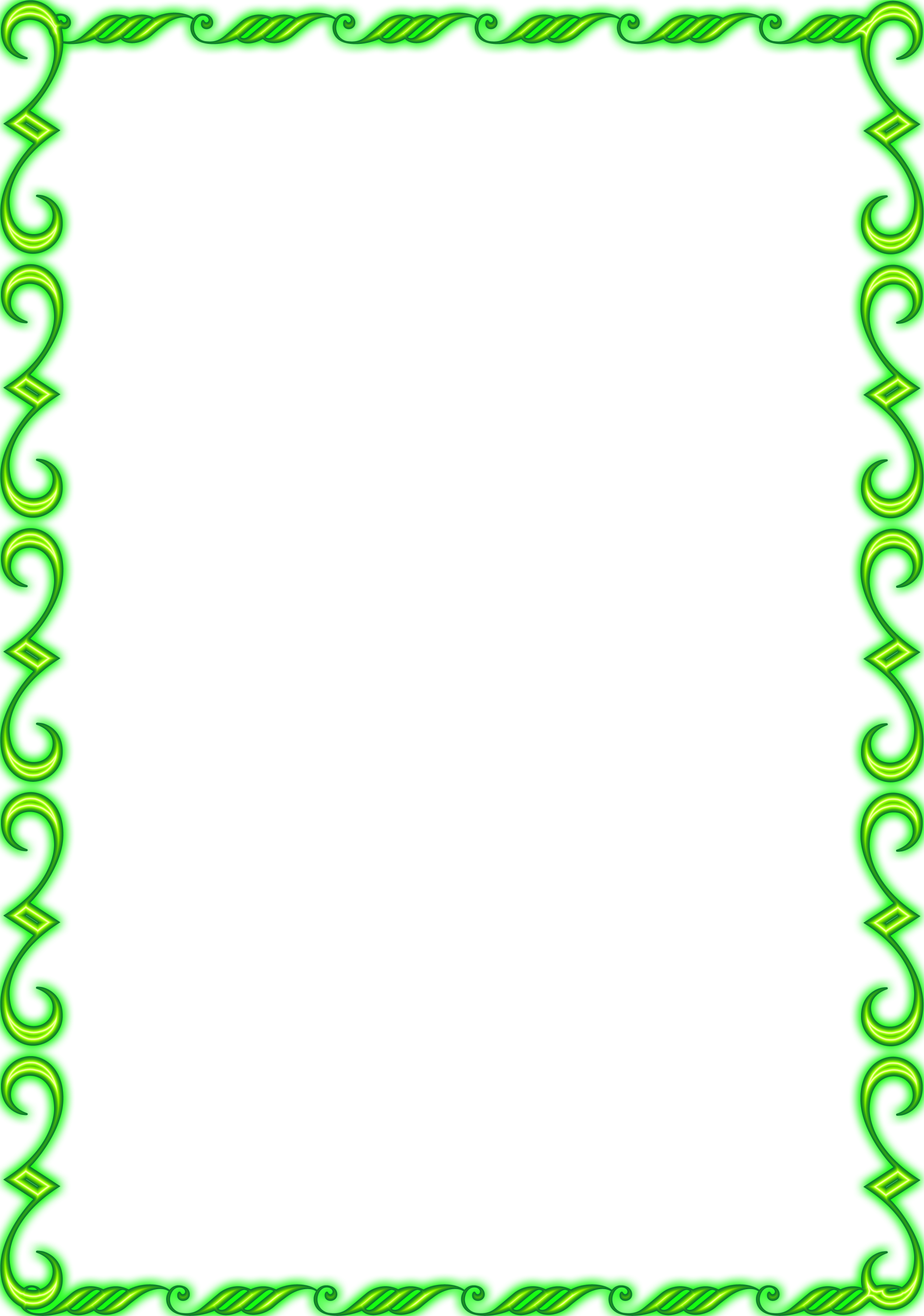
Безусловно, этот период сложный как для детей, так и для родителей. Но необходимо помнить: 1. скоро этот период пройдет;

2. необходимо к этому периоду отнестись с терпением и пониманием. Не сердимся же мы на ребенка, когда он капризничает при высокой температуре. Считайте, что у вашего ребенка временно повышен градус упрямства.

Тем не менее, родителям необходимо знать как правильно вести себя с детьми в этот период.

1. Первая ситуация

Мама 4 – х летнего Саши, гуляя с ним в парке, встретила знакомую, с которой давно не виделась. Они разговорились. Саша почти сразу стал капризничать, тянуть маму за руку со словами: «Ну, мама, пойдем! »…. Как поступить в этой ситуации маме?

ПРАВИЛО 1: **ПЕРЕКЛЮЧАТЬ ДЕТЕЙ НА ДЕЙСТВИЯ**

Придумайте занятие для ребенка: качели, карусели. Ребенок поймет, что вы о нем позаботились, уделили ему внимание, и с удовольствием будет кататься на карусели. А вы продолжите беседу. Ребенок должен знать, что у родителей тоже есть свои дела, желания.

Очень часто, когда к родителям пришли гости, ребенок начинает капризничать – привлекать к себе внимание. Необходимо ребенка занять чем – то (пазлы, мозаика, раскраски и т. д.)

2. Вторая ситуация

Марина была долгожданным ребенком. Поэтому родители ее лелеяли, не чаяли в ней души, потакали всем ее капризам. Даже в 5 – летнем возрасте они одевали и раздевали ее сами, постоянно опекали ребенка. Но в определенный момент и родители, и воспитатели заметили: ребенок стал очень капризным, постоянные истерики, слезы, непослушание. Почему это происходит с девочкой?

ПРАВИЛО 2: **ИСКЛЮЧИТЬ ЧРЕЗМЕРНУЮ ОПЕКУ В ВОСПИТАНИИ РЕБЕНКА**

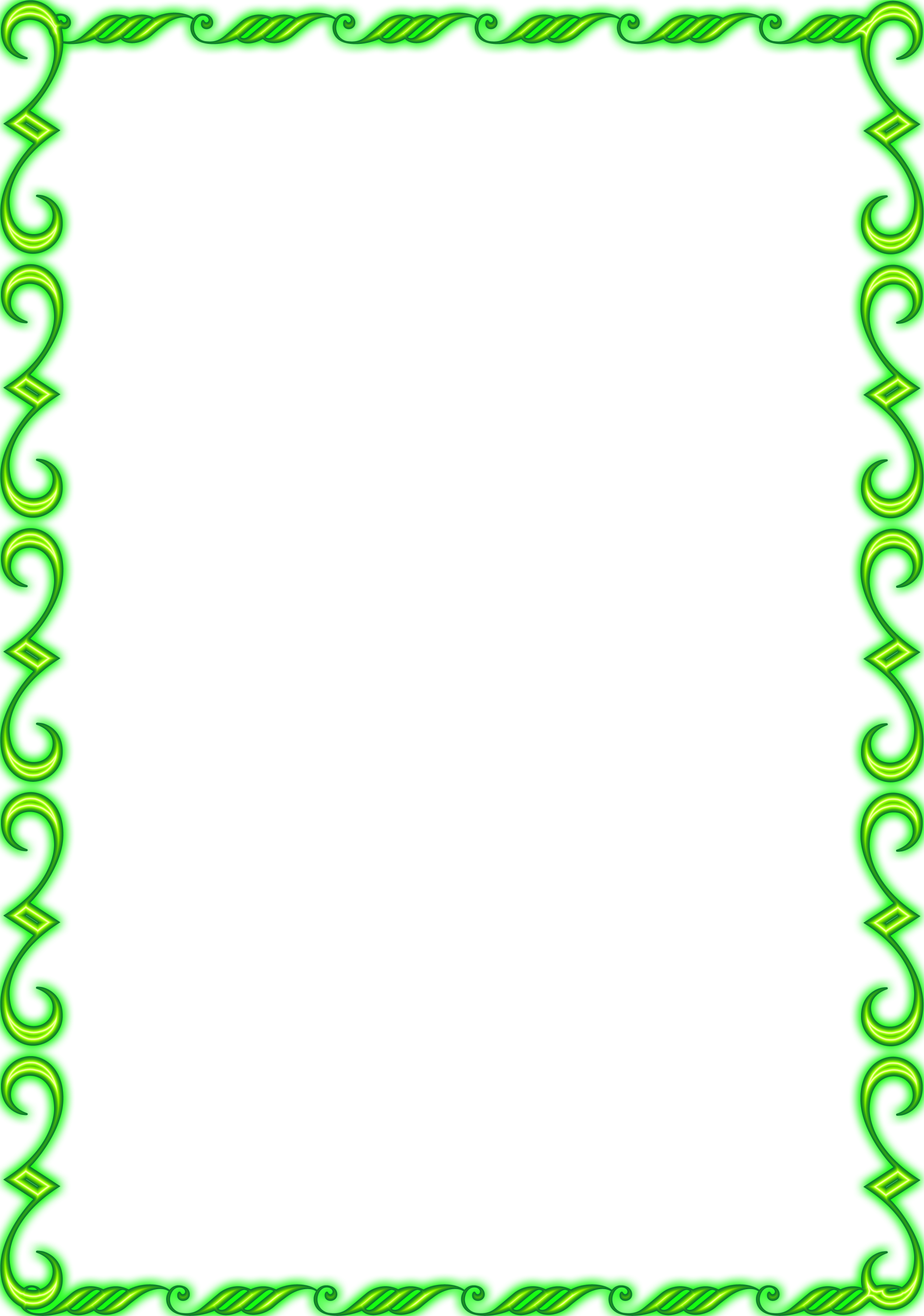
Изнеженные, заласканные дети часто бывают капризны. Чрезмерное внимание и гиперопека утомляют малыша. Ребенок становится непослушным, добивается своего, так как была вседозволенность – «лишь бы ребенок не расстраивался».

3. Третья ситуация

Артёму 4 года 3 месяца. Артём стал капризным и упрямым ребёнком. Причём, упрямство вспыхнуло остро и внезапно: ежедневные слёзы, истерики. Недавно в семье родилась девочка. Мама значительное время уделяет новорожденной Полине. А тут еще и беспричинные капризы Артема, которые «выбивают маму из колеи».

ПРАВИЛО 3: **ЧАЩЕ ОБНИМАЙТЕ ДЕТЕЙ**

Современные исследования показывают, что большинство родителей прикасаются к своим детям только по необходимости: помогая одеться, сесть в машину. Редко встретишь родителя, который просто так, без всякого повода обнимет ребенка, поцелует, погладит его по голове.

4. Четвертая ситуация

Мама 4 – х летнего Алеши каждый день, возвращаясь, домой с работы, забирает ребенка из детского сада и идет с ним в магазин. И каждый день Алеша устраивает в магазине истерики: просит купить то одно, то другое, падает на пол, кричит, визжит и плачет. Маме не остается ничего другого как купить ребенку все, что он просит. Как избежать этой ситуации?

ПРАВИЛО 4: **В ЭТОТ КРИЗИСНЫЙ ПЕРИОД ЛУЧШЕ ИЗБЕГАТЬ КРИТИЧЕСКИХ МОМЕНТОВ**

Например, если ваш ребенок закатывает истерики в магазине, то исключите на этот период походы в магазин с ребенком. Ходите в магазин без него, закупите все необходимое на несколько дней.

ПРАВИЛО 5: **НЕ ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЯ И УЙТИ**

Во время истерик, капризов никаких шлепков и подзатыльников, никаких споров и уговоров. Истерики и капризы любят «зрителей». Как только «зрителей» не стало – прошла и истерика.

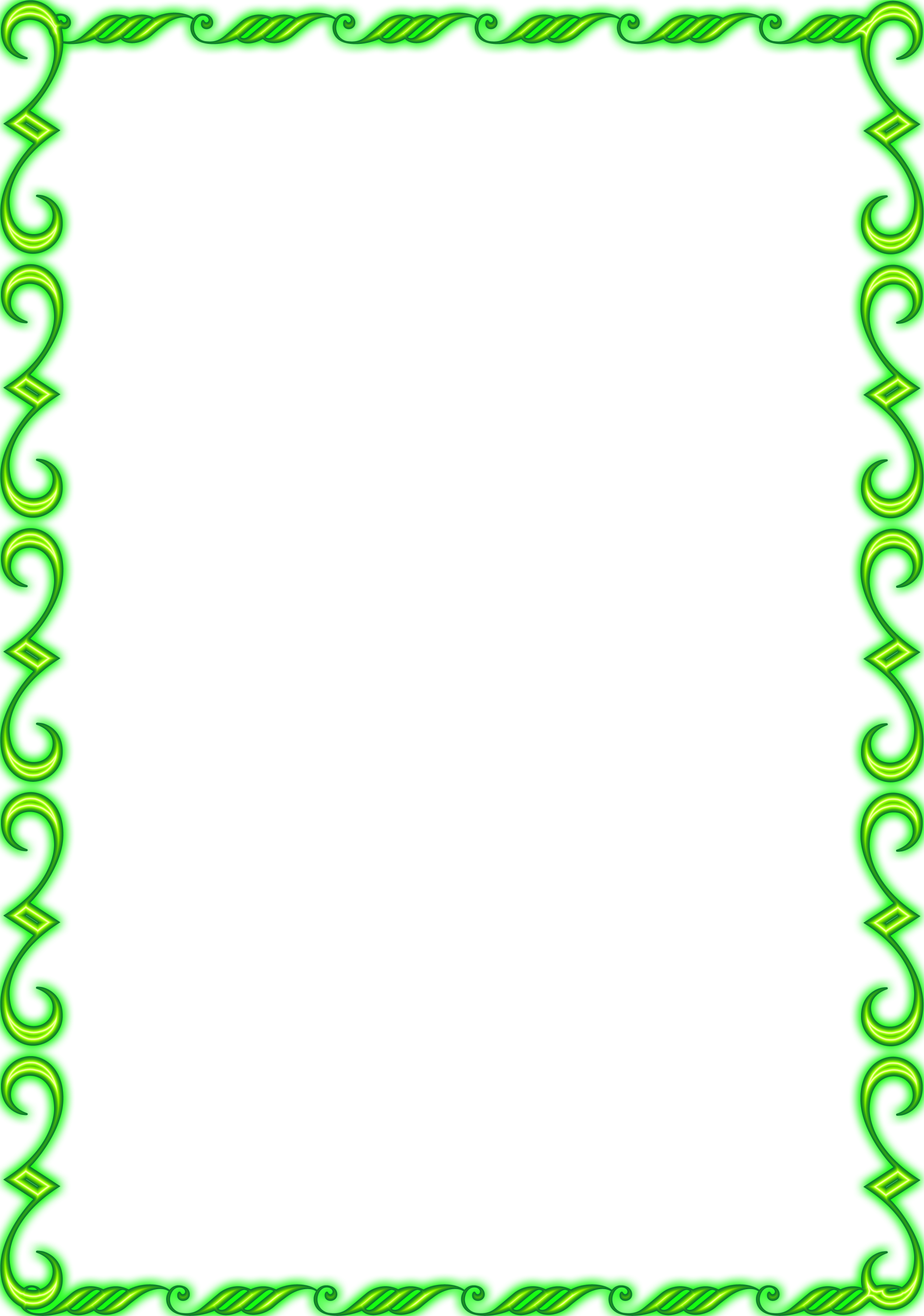
ПРАВИЛО 6: **ВО ВРЕМЯ ИСТЕРИК ПЕРЕКЛЮЧАТЬ ВНИМАНИЕ РЕБЕНКА**

В момент истерики ребенка можно подойти к окну и обратить внимание, например, на собачку во дворе, или большую машину, выехавшую из гаража. Как правило, любопытство берет вверх, и слезы высыхают.

ПРАВИЛО 7: **ЕДИНСТВО ТРЕБОВАНИЙ В СЕМЬЕ**

Дети очень наблюдательны и прекрасно понимают, что за конфетами надо идти к бабушке, мама не разрешает высоко залезать, а папа – наоборот.

В этом сложном пока для ребенка мире ему тяжело сориентироваться, как надо правильно поступать, а несогласованность родителей еще больше сбивает его с толку. Ни один взрослый, воспитывающий ребенка, не должен отменять запреты другого взрослого.

ПРАВИЛО 8: **БУДЬТЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫ В ТРЕБОВАНИЯХ К ДЕТЯМ**

Родители очень часто непоследовательны в своих требованиях к детям. Например, мама вчера разрешила сыну поиграть с ее любимой вазой, а на следующий день – нет, так как подумала о том, что ребенок может ее разбить. А малышу непонятно – «почему вчера было можно, а сегодня – нельзя? »

ПРАВИЛО 9: **НАБЕРИТЕСЬ ТЕРПЕНИЯ**

Трудно при истериках ребенка сохранять спокойствие, но терпите. В переговоры вступайте, когда ребенок утихнет. Можно обнять его и посочувствовать: «Мне очень жаль, что ты не сдержался», «Я знаю, что тебе было плохо». Учите ребенка выражать свое недовольство словами. Спросите: «Что ты чувствуешь? ».

Учите ребенка извиняться за свои поступки, и в следующий раз ему будет легче управлять собой. После истерики расскажите, как вас это огорчило. Уверьте ребенка, что вы его любите, чтобы у него не возникло чувства вины.

ПРАВИЛО 10: **ПРИУЧИТЕ СЕБЯ К НОВЫМ ОТНОШЕНИЯМ С РЕБЕНКОМ**

В этом возрасте дети хотят иметь возможность выбора. Они тоже хотят решать, на какую площадку пойти гулять, к кому в гости пойти. А мы, взрослые, постоянно диктуем им свои условия. Если мы с ребенком как друзья, партнеры, то ребенок инициативен, умеет сам принимать решения. А если мы подавляем его волю, то часто такие дети не могут ответить ни на один вопрос, не оглянувшись на родителей.

**Вывод: семья играет решающую роль в развитии ребенка, оказывает решающее влияние на эмоциональное самочувствие ребенка.**

Подготовила педагог-психолог Зрячева С.С.