

Капризы и их предупреждение

Детские капризы – это особенность поведения ребёнка, которая выражается в сопротивлении указаниям, советам, требованиям взрослых, т.е. желание настоять на своём. У маленького ребёнка они выражаются обычно в попытках добиться желаемого **плачем, криком**.

Капризы могут быть случайными. Но они также могут превратиться в привычную форму поведения (чаще в домашних условиях, особенно с некоторыми членами семьи). Ребёнок хнычет, плачет, часто находится в плохом настроении, не поддаваясь на уговоры, требования взрослых. Бывает, ребёнок требует чего-то совершенно невыполнимого и, не добившись своего, закатывает настоящую истерику: бросаются на пол, колотит руками и ногами, ревет во весь голос.

Капризы у детей начинаются с 4 лет, и во многом определяет поведение ребёнка в среднем и старшем дошкольном возрасте. Капризы нельзя отнести к возрастным особенностям, полагая, что они пройдут сами собой.

Причины возникновения капризов:

Неправильное воспитание	Чрезмерная уступчивость и опека	Одной из причин капризов может быть чрезмерная уступчивость близких: капризный ребенок растет в атмосфере всеобщего потакания его желаниям, он не встречает отказа, даже когда это необходимо. В случае, когда взрослые пытаются пересмотреть свое поведение и перестать чрезмерно опекать ребенка, капризы обычно не исчезают, а, наоборот, усиливаются.
	Отсутствие внимания взрослых	Когда родители заняты своими делами, мало времени проводят с ребенком вместе, причиной возникновения капризов может быть стремление ребенка привлечь внимание родителей.
	Противоречивые требования со стороны взрослых	Если со стороны взрослых существует несогласованность в требованиях в воспитании ребёнка, то ребёнок следует тем требованиям, которые совпадают с его желаниями (что запрещает мама – позволяет папа, запрещает папа – разрешает бабушка). Ребёнок вынужден или хитрить, или приспособливаться к тому, кто «добрее», или протестовать против такой путаницы.
	Запреты	Капризная, ребенок хочет добиться чего-то желаемого: подарка, разрешения гулять или еще чего-то, что родители запрещают из каких-то непонятных малышу побуждений. Подобная реакция может возникнуть, если запрет касается свободы ребенка. Подумайте, сколько раз за день он слышит: «Не бегай, не вертись, не шали!»

Смена обстановки

Например, когда у ребенка появляются младшие брат или сестра, малыш чувствует, что перестал быть единственным, и любовь родителей распространяется на кого-то еще. Единственный приемлемый для ребенка способ преодолеть ощущение одиночества – бурный протест, выражающийся в ярких вспышках гнева, злости и агрессии, множества капризов.

Нарушение режима дня, переутомления от перенапряжения или от перенасыщения впечатлениями

Могут возникнуть капризы и от переутомления, и от перенапряжения, и от перенасыщения впечатлениями. Даже самые приятные впечатления, но в большом количестве, не приносят ребенку тех удовольствий, на которые рассчитывают взрослые, желая доставить ребенку приятное.

Плохое самочувствие во время болезни

Преодолеть капризы можно, если:

- ✓ Предъявлять **единые требования** к ребенку, если родители будут тверды в своей позиции и дадут понять ребенку значение слова «нельзя». В противном случае ребенок очень быстро поймет, что того, чего нельзя добиться от папы, можно без особых проблем получить от мамы, а уж если и она устоит перед натиском слез и истерик, то бабушка точно выполнит его желание;
- ✓ Развивать у ребенка **самостоятельность**: формировать у ребёнка желание самостоятельно одеваться, есть, убирать за собой игрушки на место, охотно откликаться на просьбу: помочь, отнести, принести, поднять и т. д.;
- ✓ Не допускать срывов установившегося **распорядка дня**. Например, родители, желая доставить удовольствие ребёнку, иногда берут малыша с собой в гости, на праздники, или подолгу разрешают смотреть телевизор, играть в компьютер. Яркие новые впечатления, незнакомые лица, слуховые раздражители – громкие разговоры, музыка – нарушают привычную атмосферу, переутомляют нервную систему ребенка;
- ✓ Уделять достаточно времени ребенку, выполнять какую-либо совместную деятельность. Если же ребёнок приучен играть один, а взрослые безучастно наблюдают за ним, то такую деятельность нельзя назвать совместной. Дефицит общения со взрослыми вызывает у ребёнка скуку, шалости, каприз. Устранение перечисленных недостатков «снимает» каприз малыша;
- ✓ Хвалить ребенка за поступок, за свершившееся действие. Начинайте сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения. Научитесь хвалить, не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого);

Что помогает предупредить капризы?

- ✓ рациональная организация жизни и всей системы воспитания в семье;
- ✓ соблюдение режима дня;
- ✓ последовательность поведения взрослых: за первоначальным отказом – не должна следовать уступка;
- ✓ спокойное игнорирование капризов (но не самого ребенка!), когда очевидно, что желания ребенка выходят за рамки дозволенного, разумного;
- ✓ проявление к детям достаточного внимания, любви, признания, так как капризы иногда носят демонстративный характер и имеют цель привлечь внимание взрослых;
- ✓ наполнение жизни ребенка познавательным интересным содержанием;
- ✓ использование игровых моментов в повседневной жизни: ребенку будет интереснее и легче выполнять то, что от него требуют в процессе игры. К примеру, если вы предложите вашему малышу есть или одеваться наперегонки с вами, то ваш малыш станет быстро и с большим желанием есть, одеваться или умываться. Можно также предложить ему, чтобы он сам показал любимой кукле или мишке, как нужно быстро и хорошо умываться.



Взросшая детская самостоятельность требует от родителей пересмотра сложившихся отношений с ребенком. Если взрослые понимают, что ребенок стал старше, и начинают признавать за ним право на самостоятельность, умеют направить его на полезные дела, хвалят малыша за помощь, то оснований, для капризов не оказывается.

Маленьких детей легко утешить, отвлечь от предметов раздражений, переключить на что-то другое. Если отвлечение не получается, то очень важно терпение, спокойствие взрослых. Это не просто, но необходимо, так как возбуждение взрослых только усиливает возникший конфликт.