**Детские капризы**



**Даже самые мягкие, самые послушные, самые спокойные дети иногда капризничают.**

**Капризы—это бурные проявления гнева и злости, когда ребенок кричит, плачет, топает ногами, катается по полу, швыряет вещи, пинается, кусается, царапается и даже пытается сделать больно самому себе. Подобные сцены происходят с разной интенсивностью и продолжительностью.**

Капризный ребёнок находится в особом состоянии «готовности к капризу» и начинает ныть и плакать по любому поводу. Каприз может выражаться в упорном нежелании ребенка подчиняться просьбе или требованию взрослых и настаивании на выполнение своего желания. Ребенок проявляет упорство в неправильных поступках и суждениях, стремиться настоять на своем вопреки убеждениям родителей: «не лезь в лужу, нельзя – ребенок капризничает - нет можно!», «Только я буду качаться на качелях», «Не хочу гулять, буду играть». Чем болезненнее ребенок воспринимает отказ ему в чем-либо, тем более он склонен к капризам. Если родители твердо противостоят желанию ребенка – это положительно. Но если малышу все же удалось добиться своего с помощью каприза, он будет прибегать к этому способу все чаще и чаще. Если родители не предупреждают детский плач своевременными мерами, тогда возникает привычка криком добиваться своих потребностей. Иными словами, наша неверная реакция на капризы — наиболее частая причина, из-за которой они повторяются.

Не следует принимать случаи капризов за проявления настойчивости. По сути своей они противоположны. Когда ребенок пыхтит, преодолевая трудности, натягивает сам на себя колготки платье или кофту – мы радуемся вместе с ним, на конец то проявил настойчивость. А когда упорно со слезами и криком просит вас купить совершенно ненужную для него вещь или игрушку это каприз.

Прежде чем применять какие-то исправительные с меры, нужно определить причины каприза ребенка осознать, что капризы тормозят развитие ребенка. Причем правило это не имеет исключений.

**Причины детских капризов**

**1.** В своём развитии ребёнок проходит ряд стадий, которые называются кризисными периодами развития. Зачастую кризисы сопровождаются естественным стремлением ребенка к самоутверждению и независимости. Что иногда сопровождается капризным поведением ребенка. Как мы знаем самый яркий период кризиса, кризис 3 лет. «Я сам!» — это второе название сложного возраста. И оно полностью раскрывает его суть. Оказывается, кроха уже давно может и хочет действовать «как большой», да только мама ему никак этого не позволяет. Будьте мудрыми и терпеливыми в этот период — и все получится!

**2.**Ребёнок может капризничать, если что - то его беспокоит, он болен, но сам этого не понимает. Ведь дети не могут чувствовать, что происходит в организме так, как взрослые. Следует обратить на это внимание.

**3.**Смена обстановки одна из причин детских капризов. Так например, когда у ребёнка появляются младшие брат или сестра, ребенок чувствует, что перестал быть единственным, и любовь родителей распространяется на кого то ещё. Единственный приемлемый для ребёнка способ преодолеть ощущение одиночества – бурный протест, который может выражаться в ярких вспышках гнева, злости и агрессии.

**4.**Частокапризы проявляются из-за того, чторебёнок хочет привлечь к себе внимание. Он выбрал такой способ пообщаться с вами, потому что ему не хватает вашего общества и любви.

**5.** Или наоборот чрезмерное окружение излишней заботой и вниманием, потаканием различным желаниям ребенка, ведет к формированию капризного поведения. Ребёнок выражает протест против чрезмерной опеки и демонстрирует желание быть самостоятельным. Он должен чувствовать, что его не только опекают и окружают заботой, но и дают право самостоятельного выбора, понимают и уважают его.

**6.** Реакция каприза может возникнуть, если запрет касается свободы ребёнка. Подумайте сколько раз за день он слышит: «Не бегай, не вертись, не трогай, не балуйся!». Поэтому родителю следует четко определить что можно и что нельзя, и следовать этим установкам. Запретов не должно быть много, а то у ребенка может получиться нервный срыв. Помним, что в дошкольном возрасте ребенок очень любознателен и с большим интересом познает окружающий мир.

**Как же нужно устранять капризы?**

**Все родители, стремятся дать своему ребенку как можно большее благ, стараются обеспечить: правильное питание, прогулки, развивающие занятия, покупку игрушек, и многое другое. Но, не смотря на все труды родителей, иногда поведение ребенка становится непредсказуемым. Дети начинают капризничать, а родители нервничать.**

**Малыш бьется в истерике. Мама в панике: Что делать? Броситься успокаивать? Отругать и жестко пресечь слезы? Игнорировать и ждать, пока сам отойдет? Может поругать, а потом пожалеть?**

1. Самые эффективные способы устранения капризов — те, которые «разоружают» ребенка, вынуждают понять, что вы никогда не отнесетесь всерьез к его причудам. Оставайтесь спокойными и равнодушными к его поведению, что бы он ни делал. *(первая ситуация)*

2.Попробуйте «сыграть» на отвлечение. Когда ребёнок начнёт капризничать – сделайте вид, что заинтересовались чем - то, интересным и неожиданным. Хорошо, если это будет действительно, что то новое для ребёнка, например какая-нибудь вещь или предмет. Удивленно рассуждайте, удивляйтесь, рассматривайте предмет ребёнок отвлечётся и перестанет капризничать. *(вторая ситуация)*

3.Если каприз ребёнка выражается в нытье, скажите ему: «Когда ты ноешь или хнычешь, я не понимаю ни слова из того, что ты хочешь мне сообщить. Давай поговорим позже, когда ты успокоишься». Как только это произойдёт, обязательно похвалите: «Ну, вот, наконец - то мы можем поговорить нормально».

4.В дошкольном возрасте дети активно познают окружающий мир. Им интересно все, что их окружает и ваши вещи в том числе. Постарайтесь, с самого раннего возраста объяснить ребенку что есть «свое» и «чужое». И что чужое брать не надо. Но если все же ребенок взял какую-то из Ваших вещей, не отнимайте ее у него, а предложите альтернативу. Например, ребенок взял Ваш мобильный телефон, и не хочет отдавать его обратно, капризничает. Вы должны взять какую-либо из его вещей (игрушек) и предложить обмен. В 90% случаев ребенок соглашается. *(третья ситуация)*

5. Отмечайте и поощряйте все поступки, заслуживающие одобрения, все случаи проявления положительных черт характера. Так ребёнок поймёт, что за это его ценят намного выше, чем за бесконечное нытьё и капризы. *(четвертая ситуация)*

6. Иногда следует каприз ребенка превратить в юмор и шутку. Этот метод хорош для детишек старше 3 лет. Если ребенок начинает капризничать и никакие способы это прекратить не работают, идите ва-банк. Начните копировать его, хнычте канючьте, требуйте от него что-нибудь. Например, покормить его, поиграть с вами и т.д. Дети с радостью начинают ухаживать за Вами и потакать Вашим капризам. Но помните, этот метод на крайний случай. Лучше все-таки все объяснять цивилизованно, с чувством толком и расстановкой.

В ситуации любого каприза, даже если у вас уже нет сил, слушать крики и наблюдать безобразное поведение своего ребенка, постарайтесь сдержать себя (Вы все-таки старше) и спокойным тоном объяснить свое решение. Вы пример для своего ребенка, он копирует ваше поведение.

Мы часто удивляемся, почему ребенок капризничает и поступает не так, как мы от него этого не ждем. Но если нам удалось побывать бы на его месте, то поведение ребенка для нас перестало бы быть загадкой. Например, малыш недавно получил конфету или любое другое лакомство, а тут мама говорит ему: "Хватит есть, давай быстрее одеваться гулять!" Как себя чувствует при этом ребенок? Он же только что начал смаковать долгожданное лакомство, а тут его отнимают. Обидно, правда? Естественно, тут появятся плач, непослушание.

Если у вас возникают разногласия, не применяйте силу: не повышайте голос, не пугайте наказанием. Лучше постарайтесь договориться: "Ты хочешь пойти в весенней куртке? Но сейчас слишком холодно, замерзнешь, заболеешь. А давай лучше наденешь зимнюю, но зато сам выберешь красивый шарф. Умение приходить к компромиссу будет полезным и во взрослой жизни. Кроме того, вы всегда можете предоставить ему возможность сделать самостоятельный выбор. Например: "Хорошо, решай. Или ты надеваешь летнюю куртку и остаешься дома один, или идешь гулять в зимней одежде со мной".

Учите детей договариваться. До похода в магазин спросите, готов ли он пойти туда, зная, что вы купите ему что-то одно (заранее договоритесь что) и больше ничего не просить. Если ребенок обещал, смело берите его в магазин, периодически напоминая про его обещание.

Очень важно, чтобы все члены семьи научились бороться с детскими капризами. В противном случае ребёнок очень быстро поймёт, что того, что нельзя добиться от папы, можно без особых проблем получить от мамы, а уж если и она устоит перед натиском слёз и истерик, то бабушка точно выполнит его желание.

Между вами и ребенком есть одно большое отличие: Вы старше, а значит должны быть более сдержанны и уравновешены. Главное найти подход к своему ребенку, тогда и капризов станет гораздо меньше. Любите друг друга и относитесь с пониманием!

**Рекомендации**

-четкий режим и содержательная жизнь ребенка — основное условие формирования положительных устойчивых привычек, предотвращающих возникновение капризов;

-маленького ребенка легко отвлечь, умелое переключение его внимания содействует прекращению капризов;

-не говорить при ребенке, что он капризен;

-не обещать детям того, что не может быть выполнено, не добиваться послушания посредством подкупа. Ребенок либо перестанет верить обещаниям, либо станет подчиняться при условии, что за это получит вознаграждение;

-детские капризы — результат неправильного воспитания, чаще всего они являются достоянием избалованных детей.

Когда требование ребенка неразумно, вредно для него, то, как бы он ни кричал, ни плакал, ни топал ножками, его исполнять нельзя.

Нельзя ласкать и утешать капризничающего малыша. Так вы только поощряете его дурное поведение. "Я тебя люблю и уважаю, но не одобряю сейчас твой поступок", — вот основной посыл в этой ситуации.

Обратитесь к специалисту (психологу, психоневрологу). Он поможет вам определить причины капризности ребенка и выработать тактику поведения членов семьи, которая поможет откорректировать нежелательное поведение ребенка.