

## Консультация для родителей

### «Капризы и упрямство дошкольников, и способы их преодоления»

Подготовила,  
воспитатель  
Савина Н.В  
7.02.24г

Часто вызывают беспокойство у родителей капризы и упрямство детей. Что же такое капризы ребёнка? Почему дети бывают упрямыми? Как надо бороться с тем и другим? Все взрослые, имеющие дело с маленькими детьми, не один раз сталкивались с их капризами. Капризы могут проявляться по-разному: иногда ребёнок выражает своё недовольство всем на свете он всё время хныкает и ноет, а сам и не знает, что он хочет. Или скажем, ребёнок отвечает характерными вспышками гнева на любое требование взрослых, независимо от того велят ли ему или запрещают что-либо делать.

Капризы маленького ребёнка могут вызываться многими обстоятельствами. Опытная мать часто может определить, что ребёнок не здоров. Главная же причина капризов заключается в неправильной организации режима для ребёнка. Детское упрямство проявляется в том, что ребёнок противоречит во всём взрослому и старается всё делать и даже сказать наоборот. И возникает оно чаще всего тогда, когда взрослые ограничивают малыша в проявлении его самостоятельности и невнимательности к успехам или неудачам малыша. Больше всего родители жалуются на упрямство детей в возрасте около трёх лет и это не случайно. Именно в этот период начинает формироваться в ребёнке его самосознание и у него проявляется стремление к самостоятельности, потребность в уважении и одобрении его поступков взрослыми. Это выражается в том, что малыш всё хочет делать сам. Недаром этот период называют в детской психологии возрастом «Я САМ». Этот возраст наиболее трудный для воспитания и требует особо чуткого подхода к ребёнку. Причину упрямства и капризов ребёнка нужно искать не в особенностях природного характера ребёнка, а в нас самих в неправильном подходе к ребёнку.

Ответьте пожалуйста сами себе на следующие вопросы:

- 1) Сколько времени Вы проводите с ребёнком ежедневно?
- 2) Как часто сталкиваетесь с упрямством и капризами ребёнка?
- 3) Какие эмоции испытывает ваш ребёнок по отношению к вам во время проявления капризов и упрямства (*обзывается, дерётся.*)
- 4) Какие эмоции испытываете Вы, по отношению к ребёнку (*ругаетесь, раздражаетесь*)
- 5) По вашему мнению, что заставляет ребёнка так себя вести?
- 6) У всех членов семьи единые требования к воспитанию?
- 7) Какие приёмы Вы использовали, чтобы отвлечь ребёнка от капризов?

Прежде чем приступить к рассмотрению темы "Капризы, упрямство и способы их преодоления", необходимо определить область этой темы, т. е. поставить её в определённые рамки. Капризы и упрямство рассматриваются как составляющие отклоняющегося поведения, наряду с:

- непослушанием, выражающемся в непослушании и озорстве;
- детским негативизмом, т. е. неприятием чего-либо без определённых причин;
- своеволием;
- недисциплинированностью.

Все выше перечисленные формы отклоняющегося поведения, различаются лишь по степени социальной опасности, а также зависят от возрастных и индивидуальных особенностей личности ребёнка.

Понятия "**капризы и упрямство**" очень родственные и чёткой границы провести между ними нельзя. И способы преодоления капризов и упрямства одинаковы.

**Упрямство** - это психологическое состояние, очень близкое к негативизму. Это отрицательная особенность поведения человека, выражающаяся в необоснованном и нерациональном противодействии просьбам, советам, требованиям других людей. Вид упорного непослушания, для которого нет видимых мотивов.

#### **Проявления упрямства:**

В желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.

Выступает как психологическая защита и имеет избирательный характер, т. е. ребёнок понял, что совершил ошибку, но не хочет в этом признаваться, и поэтому «стоит на своём». Упрямство может стать чертой характера, если не принять меры к его преодолению. С течением времени оно порождает детскую лживость, может привести к расстройству нервной системы, неврозам, раздражительности. Если такие проявления, ещё в дошкольном возрасте из реактивных состояний переходят в хронические, то возникает начальная стадия педагогической запущенности.

**Капризы** - это действия, которые лишены разумного основания, т. е. "Я так хочу и всё!". Они вызываются слабостью ребёнка и в определённой степени тоже выступают как форма самозащиты.

#### *Проявления капризов:*

- в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.

- в недовольстве, раздражительности, плаче.

- в двигательном перевозбуждении.

Развитию капризов способствует неокрепшая нервная система.

Если дети по достижению 4 лет всё ещё продолжают часто упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего речь идёт о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.

### **Какие причины делают ребёнка капризным?**

Многие родители жалуются, что у них излишне капризный ребенок. Так ли это? Может сами родители разбаловали карапуза до такой степени? Возможно, причина капризов кроется в психологическом или физическом дисбалансе? Какая бы причина детских истерик ни была, с капризами что-то нужно делать. То есть необходимо бороться с таким эмоциональным проявлением, как маленькое "Я". Попробуем выяснить причины, из-за которых дети обычно капризничают, и дадим советы, как справиться с излишней эмоциональностью маленького человечка. Какие причины делают ребенка капризным?

Ребенок с рождения – это чистый лист и становление личности напрямую зависит от воспитания, которое дают родители. Любые проявления эмоций как положительных, так и отрицательных, это отражение внутреннего состояния ребенка. Причины, по которым ребенок становится капризным, кроются в следующем.

**Физиологический дисбаланс.** Когда причиной капризного настроения ребенка является: болезнь, недосыпание, смена режима, усталость или повышение температуры. Именно "переполнение" психики эмоциями, вызванными физиологическим дисбалансом в организме, становится причиной детских истерик и понурого поведения.

**Семейный микроклимат.** Когда ребенок начинает понимать, что творится вокруг и чувствовать чужие эмоции, тогда причина капризного поведения может скрываться в полученной информации извне. Другими словами, нестабильный микроклимат в семье, с постоянными ссорами и скандалами имеет большое воздействие на малыша. Он выражает свой протест истериками. Поэтому родителям необходимо создать обстановку любви, спокойствия и постоянства. А если очень захочется поругаться, то делайте это во время отсутствия малыша. Очень часто капризным становится малыш, когда в семье готовятся к появлению прибавления. Чтобы избежать конфликтов в будущем необходимо правильно подготовить старшего ребенка к появлению новорожденного.

**Излишняя опека и избалованность.** Каждый родитель желает оградить свое дитя от всех трудностей и неприятностей внешнего мира. Мы

принимаем решение за него и оберегаем от первых детских трудностей. Стараемся задарить подарками, показывая свою любовь. Такие действия "по сдуванию пылинок" приводят к тому, что карапуз не знает, что такое самостоятельность и "не спешит" взрослеть. Он понимает, что капризными выходками можно добиться всего чего хочется. Избалованность часто становится причиной детских слез.

**Возрастные изменения.** Психологи утверждают, что во время взросления ребенка есть такие периоды, которые называются – кризисом возраста. Обычно это три года и пять лет. В этот период многие мамы замечают резкие перемены в малыше. Во-первых, это происходит, поскольку ребенок пытается заявить о себе наперекор родителям, ему хочется больше свободы, самостоятельных решений. Во-вторых, гиперопека мамы с папой его "напрягают" и он проявляет свою взрослость капризными выходками.

### **Что делать, если у вас капризный ребенок?**

От темперамента малыша зависит насколько капризный малыш. Поэтому капризных детей по проявлению эмоций можно условно разделить на такие группы:

- дует губки и обиженно всхлипывает;
- может рыдать навзрыд;
- громко визжит;
- монотонно хнычет;
- проявляет агрессивные эмоции (кусается, кричит, швыряется).

Очень капризный ребенок, это масса хлопот для родителей. Чтобы справиться с капризами ребенка детские психологи разработали 5 основных правил.

**Правило №1.** Если капризный малыш, может, виноваты сами? Для начала необходимо выяснить капризный кроха или такое состояние вызвано поведением взрослых. В случаях, когда в людном месте ваше чадо падает на попу и кричит что хочет такую игрушку, как на витрине, то это капризы. Если же ребенок пытается застегнуть курточку со словами "Я сам", а мама, опаздывая, делает это за него, то провокатором плача является именно мама. Поэтому проявляйте терпение, дайте немного самостоятельности и истерик можно будет избежать.

**Правило №2.** Цепной реакции не должно быть, контролируйте эмоции. Как известно, агрессия вызывает агрессию и крича, на свое чадо вы вызываете негатив, визжание и рыдание. Чем больше ругать, тем ребенок все больше невменяем. Следите за собой, не срывайтесь и контролируйте эмоции. Спокойным тоном скажите малышу, что так себя вести нельзя, и вы сильно огорчены таким поведением. Далее, разговор продолжать не следует, поскольку логические доводы сейчас не помогут. Удовлетворять прихоти

также не стоит. Лучшим решением станет игнорирование приверед и уже после энного раза такого спокойного поведения со стороны родителей капризуля станет нормальным уравновешенным ребенком.

**Правило №3.** Не применяйте в воспитании шантаж. Многие родители шантажируют ребенка словами: "Не замолчишь, любить не буду. "; "Не перестанешь плакать, не дам игрушку. ". Так, делать нельзя. Такой метод, основанный на шантаже, приучит кроху говорить неправду и прибегать к шантажу, в случаях, когда ему будет что-то необходимо. Такое воспитание может спровоцировать такие слова в подростковом возрасте: "Убегу, если не разрешишь с ним встречаться. "; "Уйду из дому, если будешь ругать за двойки. ". А хуже всего, что дети в подростковом возрасте настолько ранимы и непредсказуемы, что не знаешь, они просто угрожают или сделают это на самом деле, получив родительский отказ.

**Правило №4.** Всегда следуйте выбранной тактике. Чтобы капризный ребенок не манипулировал родителями с помощью криков, необходимо следовать одной и той же тактике всегда. При первых проявлениях детских прихотей ведите себя спокойно и твердо без вспышек гнева объясните, что можно, а что нельзя. Через время, даже когда ребенок начнет капризничать, прося какую-то вещь снова, откажите опять, даже если вам очень надо его чем-то занять. Поведение родителей сегодня нельзя, а завтра можно лишь расшатает детскую психику еще больше, дезориентируя ребенка в положительных и отрицательных вещах.

**Правило №5.** Не упрекайте плохими поступками. Нельзя говорить, что малыш плохой, капризный ребенок. Совсем наоборот убедите, что любите, несмотря на его поведение. Скажите, что этот поступок вас расстроил, но вы верите, что он так больше делать не будет. Эти разговоры необходимы, дабы ребенок понимал, он нужен, его любят и если попросить, то он непременно это получит, но немного позже.

### **Что могут сделать родители для преодоления упрямства и капризности у детей:**

- Не предавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.
- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
- Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.
- Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.

- Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести.

- Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.

- Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка, штучка!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю, и он успокоится.

- Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление "сломить силой авторитета".

- Спокойный тон общения, без раздражительности.

- Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.

Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь пойдёт о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, когда можно и нужно хвалить:

#### **Нельзя хвалить:**

- За то, что достигнуто не своим трудом.

- Из жалости или желания понравиться.

#### **Надо хвалить:**

- За поступок, за свершившееся действие.

- Начинать сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения.

- Очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.

- Уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).

О наказаниях необходимо остановиться более подробно.

#### **1. Нельзя наказывать и ругать, когда:**

- Ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни т. к. в это время психика ребёнка уязвима, и реакция непредсказуема.

- Когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.
- Во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки)
- После физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват)
- Когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т. д., но очень старался.
- Когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны.
- Когда вы сами не в себе.

### **Семь правил наказания:**

1. Наказание не должно вредить здоровью.
2. Если есть сомнения, то лучше не наказывать. Например, вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том, что совершённое действие вообще достойно наказания. То есть наказывать "на всякий случай" нельзя.
3. За 1 проступок - одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).
4. Лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
5. Надо наказывать и вскоре прощать.
6. Если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан.
7. Ребёнок не должен бояться наказания.

Большинство психологов говорит о том, что капризничающего ребенка не стоит наказывать. Тем более, если вы предпочитаете шлепать по попе или сразу ставить в угол. В момент, когда он начинает плакать, хныкать и кричать, его состояние уже нельзя назвать эмоционально стабильным, поэтому наказание вряд ли возымеет действие.

Противопоказано наказание и в том случае, когда вам не удастся понять причину капризов ребенка. Возможно, есть проблема, которую нужно разрешить, помочь малышу, накормить его или уложить спать. Если вы повышаете голос, то он начинает сильнее нервничать и даже бояться. Здесь уже ни о каком воспитании речи не идет. Никогда не забывайте о том, что с ребенком нужно говорить спокойно и пытаться понять его.

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём семейном воспитании очень сложно, но вероятно, каждый родитель выберет

из всего выше перечисленного, недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в вашей семье.

Самое главное к возрасту 4 лет ребенок уже должен понимать, что такое хорошо и что такое плохо. Нужно научить его осознавать свои поступки, научить его объяснять причины своих капризов. Прийти к соглашению не уступая капризам ребенка. Не бойтесь показать ребенку свое эмоциональное состояние: обиду, разочарование, расстройство, гнев или радость, восторг, счастье. Научите понимать ваше состояние и сопереживать вам.