

Консультация для родителей

Детские капризы и упрямство: причины и способы преодоления



Ваш малыш растет, познает мир и учится выражать свои желания и эмоции. Но порой этот процесс сопровождается раздражением, слезами и даже настоящими скандалами. Все взрослые, имеющие дело с маленькими детьми, не один раз сталкивались с их капризами и упрямством, когда ребёнок отказывается слушаться, устраивает истерики или категорически настаивает на своем

Капризы могут проявляться по-разному: иногда ребёнок выражает своё недовольство, 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. 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 прирождённого характера ребёнка, а в нас самих в неправильном подходе к ребёнку.



ДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ДЕТСКИХ КАПРИЗОВ И УПРЯМСТВА:

➤ **Совет №1: Оставайтесь спокойными и выдержанными**

Капризы и упрямство детей провоцируют раздражение и желание немедленно прекратить неприятную ситуацию. Однако крик, наказания и агрессивные реакции лишь усугубят проблему. Попробуйте сохранять хладнокровие и разговаривать тихо, ясно и уверенно. Помните, что ваше спокойствие передается ребенку.

➤ **Совет №2: Устанавливайте четкие правила и границы**

Ребенок нуждается в стабильности и порядке. Четко обозначьте правила поведения, согласованные всеми членами семьи. Например:

-Нельзя брать чужие вещи без разрешения.

-Нужно помогать маме накрывать стол.

-Перед сном читаем одну сказку.

Правила помогают ребенку чувствовать безопасность и избегать неопределенности.

➤ **Совет №3: Проявляйте понимание и сочувствие**

Попробуйте поставить себя на место ребенка. Часто причиной плохого настроения служит усталость, чувство голода или дискомфорта. Дайте ребенку понять, что вы понимаете его чувства и хотите помочь. Например:

-Я вижу, что ты устал, пойдём отдохнем немного.

-Ты чувствуешь себя обиженным, расскажи, что случилось.

➤ **Совет №4: Уделяйте достаточное внимание**

Часто капризы возникают из-за недостатка внимания. Постарайтесь регулярно выделять время на общение с ребенком, играть с ним, читать книжки, гулять. Пусть ваш ребенок почувствует себя любимым и важным членом семьи.

➤ **Совет №5: Предложите выбор там, где это возможно**

Предоставляя ребенку право выбирать, вы укрепляете его ощущение собственной значимости и удовлетворяете потребность в автономии. Вместо команды "надень куртку" предложите выбрать между двумя разными вещами: "Какой свитер надеть: красный или синий?"

➤ **Совет №6: Хвалите хорошее поведение**

Обратите особое внимание на положительное поведение ребенка, подчеркивая его достоинства и достижения. Похвала стимулирует повторение хорошего поведения, формирует положительную самооценку и

снижает вероятность капризов.

Пример похвалы:

- Молодец, что сам убрал игрушки.
- Хорошо, что поделился игрушкой с другом.

Заключение

Помните, что большинство случаев капризов и упрямства связаны с естественным развитием ребенка. Главное — оставаться рядом, поддерживать и направлять свое чадо, показывая любовь и заботу. Со временем и поддержкой ваша семья найдет гармоничный способ сосуществования, а детская капризность постепенно сменится уверенностью и самостоятельностью.

