

## Капризы и упрямство

Понятия "капризы и упрямство" очень родственные и чёткой границы провести между ними нельзя. И способы преодоления капризов и упрямства одинаковы, но об этом позже.

**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".

По мере роста ребенка и развития его сознания капризы и упрямство начинают приобретать более осознанный, преднамеренный характер, становятся привычным способом поведения для достижения цели.

Крайняя степень упрямства, так называемый *негативизм*, выражается в бессмысленном сопротивлении ребенка любым требованиям взрослого. Негативизм всегда носит осознанный, избирательный характер и чаще проявляется, с одной стороны, тогда, когда родители стараются уговорить ребенка, теряются перед непослушанием, с другой — когда взрослые без конца одергивают ребенка, все ему запрещают, покрикивают на него. В этом случае упрямство является как бы защитной реакцией против чрезмерного потока воспитательных мер.

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 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. Капризы могут быть предвестниками болезни. Малыш ощущает какие-то физические недомогания, но сказать об этом не умеет. Зачастую такое состояние он стремится подавить, требуя то одного, то другого, жаждет внимания взрослых. Но так как и удовлетворяемые желания не приносят ему физического облегчения, то он плачет и капризничает.

Иногда дети капризничают и в период выздоровления. После болезни ребенок еще слаб и не может много двигаться, принимать участие в тех играх, в которые играют его товарищи. Вынужденное ограничение активности вызывает у него беспричинный плач. Но может быть и так, что за время болезни ребенок привыкает к повышенному вниманию окружающих и, выздоровев, не хочет от этого отказываться.

У ребенка могут возникнуть капризы от перенасыщения впечатлениями.

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

- ✓ Не придавайте 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, штука)!". 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.
- ✓ Детский ум и воображение нельзя перегружать множеством развлечений. Даже самые приятные впечатления, но в большом количестве, не приносят ребёнку тех удовольствий, на которые ошибочно рассчитывают взрослые, желая доставить ребёнку приятное.

### ***1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:***

- достигнуто не своим трудом.
- не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).
- из жалости или желания понравиться.

### ***2. 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.

### ***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.

### **7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:**

- ❖ наказание не должно вредить здоровью.
- ❖ 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, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя.
- ❖ за 1 проступок – одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).
- ❖ лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
- ❖ надо наказывать и вскоре прощать.
- ❖ если ребёнок считает, что Вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребёнку, за что и почему он наказан.
- ❖ ребёнок не должен бояться наказания.

### **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК УПРЯМИТСЯ?**

1. Не придавайте большого значения упрямству. Примите к сведению этот приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.
2. Оставайтесь во время приступа упрямства рядом с ребенком и дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает.
3. Не пытайтесь в это время что-либо внушать вашему ребенку. Ругать в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно возбужден и не может вас понять.
4. Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.

## КАКИЕ УСИЛИЯ ТРЕБУЮТСЯ ОТ РОДИТЕЛЕЙ

### УПРЯМЫХ ДЕТЕЙ?

1. Надо изменить свое отношение к ребенку, отказаться от привычной позиции: "Всегда прав взрослый".
2. Необходимо научиться относиться к ребенку не как к полностью зависимому и подчиненному существу, а как к человеку, имеющему определенные права и собственное мнение, которое заслуживает уважения.
3. Можно попробовать договориться с ребенком, пойти иногда на компромисс, но действовать надо не свысока, а на равных.

### СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ, ЧЬИ ДЕТИ СТРАДАЮТ ИСТЕРИКАМИ:

#### **Необходимо:**

1. Дать возможность ребенку играть вне дома, где Вы можете не следить за ним строго.
2. Иметь дома предметы, которые ребенок может толкать, носить, то есть, с которыми он может обращаться достаточно бесцеремонно.
3. Иметь достаточно игрушек и предметов домашнего обихода для игры.
4. Реже запрещать ребенку "всё трогать".
5. Не просить его, например, подойти надеть рубашку, а просто надеть ее на него.
6. Не прерывать бесцеремонно игру ребенка.
7. Укладывать ребенка спать в одно и то же время.
8. Смотреть ребенку только определенные программы телевидения, а не все подряд.
9. Приглашать в гости друзей только по определенным дням.

### КАК ПРЕОДОЛЕТЬ КАПРИЗЫ?

Сначала нужно понять причины капризов и упрямства. Ими могут быть:

- Нарушения режима дня.
- Обилие новых впечатлений.
- Плохое самочувствие во время болезни.
- Переутомление (физическое и психическое).

#### **Преодолеть капризы можно, если:**

- Все члены семьи будут иметь единые требования к ребенку. Будут тверды в позиции, дадут понять значение слова "нельзя".
- Научат ребенка хотеть, т.е. вырабатывать настойчивость в достижении цели.
- Будут развивать у ребенка самостоятельность в совместной деятельности со взрослыми.