

# КАК СПРАВИТЬСЯ С КАПРИЗАМИ И УПРЯМСТВОМ ДЕТЕЙ?

Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5 - 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная.

Пик упрямства приходится на 2,5- 3 года .

**УПРЯМСТВО** - это психологическое состояние, очень близкое к негативизму. Это отрицательная особенность поведения человека, выражаясь 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. ребенок понял, что совершил ошибку, но не хочет в этом признаваться, и поэтому "стоит на своем".

Бывают ситуации, когда родителям кажется, что ребенок нарочно вредничает. Такое поведение ребенка, как правило, вызвано желанием привлечь к себе внимание. Важно понимать, что нам не прекратить его вредничества наказаниями. Не надо называть ребенка врединой, т.к. это программирует его дальнейшее поведение.

Сначала стоит начать замечать и озвучивать (но не критиковать!) все, что делает ребенок. Именно все, а не плохие поступки. Например: «О! Ты вымыл руки!», «Я вижу, ты надел красные носочки», «Ты рисуешь, я смотрю» и т.д.

Старайтесь разговаривать с ребенком, не задавая прямых вопросов. Малыш будет очень гордиться вашим вниманием.

Не забывайте хвалить ребенка! Ничто сделанное не должно оставаться без конкретной похвалы: «Какое красивое ты нарисовал солнышко!», «Ты хорошо помыла руки», «Я рада, что ты принес мне чашку».

Любая похвала должна быть понятна ребенку. «Молодец!» - слово не достаточно понятное для детей. При похвале надо не забывать обговаривать с ребенком положительные последствия поступка: «Ты быстро поел, и мы успеем почитать книгу, вместе поиграть»; «Ты тихо поиграл, у меня прошла голова, и мы можем теперь поиграть вместе, посмотреть мультфильм».

А когда Вы сумели показать малышу, что он может получить ваше внимание не только в результате безобразий, то стоит начать НЕ ЗАМЕЧАТЬ ярко выраженных вредных поступков.

## Чтобы «незамечание» сработало, нужно придерживаться трех основных правил:

1. не замечать только те действия, которые направлены на привлечение внимания;
2. действия, которые могут привести к небезопасной ситуации, должны твердо и решительно (но без крика и наказания) пресекаться;
3. если родители решили «не замечать»

какие-то действия ребенка, они должны быть тверды в этом «незамечании» и всегда поступать одинаково в одинаковых ситуациях.

Однако, можно предположить, что прежде, чем малыш перестанет безобразничать, пытаясь привлечь внимание родителей, он может начать еще больше вредничать. Но доброе понимание взрослых поможет ребенку забыть дурную привычку вредничать для привлечения внимания.

**КАПРИЗЫ** - это действия, которые лишены разумного основания, т.е. " Я так хочу и все!!!". Они вызываются слабостью ребенка и в определенной 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, плаче, раздражительности.
- в двигательном перевозбуждении.

## Развитию капризов способствует неокрепшая нервная система.

Если дети по достижению 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего речь идет о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения взрослых, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.