**Консультация на тему:**
**«Детские капризы и упрямство. Как справиться?»**

Упрямство и «негативизм» начинают развиваться еще в возрасте одного года, так что вас этим не удивишь. Но после 2 лет это достигает новых высот и принимает новые формы. Годовалый ребенок противоречит матери, ребенок 2,5 лет противоречит даже себе. Он с трудом принимает решения, а потом хочет все перерешить. Ребенок ведет себя как человек, который стремится сбросить чье-либо иго, хотя никто не намерен его подавить, кроме него самого. Он хочет все делать по-своему, только так, как он делал это раньше. Он приходит в ярость, когда кто-либо пытается вмешиваться или по-другому положить его собственность.

Похоже, что главная черта двухлетнего ребенка - это стремление все решить самостоятельно и противостоять любому давлению со стороны других людей. Ведя войну по этим двум фронтам без достаточного опыта, ребенок доводит себя до внутреннего нервного напряжения, особенно, если его родители любят им командовать. Этот возрастной период имеет много общего с периодом от 6 до 9 лет, когда ребенок стремится избавиться от родительской зависимости, берет на себя ответственность за свое поведение, обижается, когда его поправляют, проявляет свое нервное напряжение в виде различных привычек.

Часто с ребенком от 2 до 3 лет трудно справляться. Родители должны проявлять чуткость. Главное - это как можно меньше вмешиваться и торопить его. Пусть он одевается и раздевается в свое удовольствие, когда ему заблагорассудится. Начинайте, например, купать его пораньше, чтобы у него было время поплескаться и помыть ванну. За едой пусть он ест сам, не уговаривайте его. Если он перестает есть, выпустите его из-за стола. Когда пора идти спать или гулять, или возвращаться домой, направляйте его, беседуя о всяких приятных вещах. Старайтесь не спорить с ним. Не отчаивайтесь, впереди более спокойное плавание.

Иногда ребенок не выносит одновременного отсутствия обоих родителей.

Иногда ребенок хорошо ведет себя в присутствии одного из родителей, но как только появляется и другой, он приходит в ярость. Частично это - ревность. К тому же в этом возрасте ребенок не терпит, когда им командуют, и пытается немного командовать сам. Мне кажется, он чувствует себя лишним в присутствии двух таких важных персон. Особенно непопулярным обычно бывает отец. Бедному отцу иногда кажется, что ребенок его ненавидит. Конечно, отец не должен воспринимать это так серьезно. Ему

следует иногда играть с ребенком наедине, чтобы ребенок знал отца как любящего, интересного человека. Но ребенок должен понять, что родители любят друг друга, хотят вместе проводить время и не позволят ему себя запугать.

**Детские капризы не возникают на пустом месте.**

**Причинами их появления выступают:**

1.Особенности психического развития ребенка: в своем развитии ребенок проходит определенные стадии, так называемые возрасты капризов, связанные с естественным стремлением к самоутверждению и независимости.

2.Смена обстановки. Так, например, когда у ребенка появляются младшие брат или сестра, малыш чувствует, что перестал быть единственным, и любовь родителей распространяется на кого-то еще. Единственный приемлемый для ребенка способ преодолеть ощущение одиночества — бурный протест, выражающийся в ярких вспышках гнева, злости и агрессии. Недостаток родительской любви — пожалуй, главная причина бесконечных и беспричинных капризов и непослушания.

3.Одна из распространенных причин непонимания между детьми и взрослыми заключается в различии их природных темпераментов. Часто родители предъявляют к своему ребенку требования, выполнить которые он не может именно в силу своих врожденных психологических особенностей. Даже самый спокойный флегматик начнет капризничать, если вы попытаетесь разговаривать с ним на языке холерика или сангвиника.

4.Ребенок может капризничать, если его что-то беспокоит, он болен, но сам этого не понимает. Ведь дети не могут чувствовать так, как чувствуют взрослые, что происходит в организме.

5.Ребенок хочет привлечь к себе внимание. Он выбрал такой способ пообщаться с вами, потому что ему не хватает вашего общества, любви. Особенно часто капризы по этой причине встречаются у тех детей, которые окружены излишней заботой и вниманием. Этим малыши начинают злоупотреблять уже на бессознательном уровне.

6.Реакция на родительский запрет. Капризничая, ребенок хочет добиться чего-то желаемого: подарка, разрешения гулять или еще чего-то, что родители запрещают из каких-то непонятных малышу побуждений.

Подобная реакция может возникнуть, если запрет касается свободы ребенка. Подумайте, сколько раз за день он слышит: «Не бегай, не вертись, не ползай, не шали!»

7.Самоутверждение. Ребенок 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.

**Как преодолеть капризы?**

Ну что ж, думаю, эту страничку, поясняющую истоки возникновения капризов, мы усвоили, давайте перевернем ее. Самое время поговорить о профилактике капризов.

Прежде всего взрослым нужно изменить свое обычное поведение, постараться вырваться из зависимости от капризов ребенка. Позиция родителей должна стать более твердой. Малыш, хотя и с опозданием, усвоит, что нельзя — это нельзя, а надо — это надо, что отказ от чего-то совсем не означает, что ему тут же предложат что-то взамен.

Одновременно взрослые должны сделать еще одно, более сложное дело: сформировать у ребенка конструктивные способы поведения; научить его «хотеть» что-то конкретное и прилагать усилия, чтобы удовлетворить желания; выработать настойчивость в достижении поставленной цели, научить ребенка преодолевать трудности, развивать активность и самостоятельность. Самое сложное — сделать это так, чтобы ребенок воспринял меры не как наказание, а увидел в этом проявление любви, желание помочь ему. Ведь один из основных источников радости для ребенка — разнообразная ,совместная со взрослым, деятельность, а не общение по привычной схеме «хочу — не хочу».

Обычно дети, склонные к капризам, очень дорожат вниманием взрослых и болезненно переносят его недостаток. Не их вина, что это внимание чаще всего выражается в бесконечных уговорах или обсуждении того, что ребенок хочет, а чего нет. Нужно разнообразить общение детей со взрослыми и сверстниками, включая их в общее дело, стараться увлечь. Когда ребенку что-то интересно и он занят, он забывает капризничать. Крайне важно, чтобы в эту деятельность были включены не только сам ребенок и родители, но и другие дети, знакомые, соседи, друзья. Вместе можно лепить снежную бабу, строить крепость, прыгать через лужу и ловить бабочек.

Дома следует поощрять самостоятельность ребенка, предлагать ему самому сделать что-то: постирать белье куклы и свои носочки, порадоваться, какими они стали чистыми; сложить книжки на полке: сказки — со сказками, а раскраски — с раскрасками; убрать игрушки или построить «гараж» и поставить туда все машины. При этом важно незаметно помогать ребенку, не давая угаснуть его интересу к самостоятельной деятельности, и громко радоваться вместе с ним всему, что он делает сам. Элемент самостоятельности в большинстве случаев воспринимается дошкольником как очень важная и новая, прежде недоступная привилегия. Этим надо воспользоваться и всячески поддерживать в избалованном ребенке убежденность, что ему очень повезло, когда, например, ему разрешили самому поставить на стол тарелки (даже если одна разбилась), полить цветы, покормить рыбок или сделать что-то еще. Стоит только приложить усилие и преодолеть привычку все делать за ребенка и предлагать ему уже в готовом виде — и тогда легко будет его заинтересовать, а затем и развивать нужные умения. Чем содержательнее жизнь ребенка и чем больше он делает сам, тем меньше времени и сил остается на капризы.

В целом же, для искоренения упрямства и капризов необходимо осознанное изменение поведения самих взрослых, так как корни этих явлений лежат не в ребенке, а в родителях. Искать источник капризов и упрямства только в ребенке бесполезно.

**Справляемся с капризами.**

Наконец пришло время поговорить о том, как следует вести себя непосредственно в тот момент, когда ребенок капризничает.

**«Родительские подсказки»**

1. Ребенка можно успокоить, если отвлечь его внимание. Это искусство вроде бы простое, но всегда ли это получается? Постоянно приходится наблюдать, как мамы, бабушки отвлекают плачущего малыша чересчур прямолинейно, а потому и бесполезно: «Вон смотри, какой мальчик...», «А вот собачка бежит...». Малыш отлично понимает, что его пытаются обмануть. Попробуйте «сыграть» в отвлечение. Сделайте вид, что заинтересовались чем-то неожиданным, интересным. Хорошо, если это будет действительно что-то новое для ребенка, например, монетка, какая-нибудь вещичка. Возьмите на прогулку «неожиданные пустячки», шарик или колечко. И вот как это работает. Когда ребенок без видимой причины начнет капризничать, сделайте вид, что поглощены рассматриванием вытащенного из кармана предмета. Удивленно рассуждайте сами с собой: «Какое интересное колечко. Точно помню, что, когда выходила из дома, камушек на нем был синий, а теперь он красный. Может, он, побывав в темноте, в кармане изменил цвет? Ну-ка ты, Наташа, положи в карман, а потом вытащи — какой он станет?»

2. Используйте положительные просьбы. Если вы потребуете от ребенка, чтобы он перестал кричать, скорее всего, результат будет нулевым. А вот если вы попросите его подойти к вам, вполне вероятно, что малыш послушается.

3. Дети не умеют контролировать свои эмоции, потому что не могут дать точное определение переживаниям. Помогите им в этом. Выразите чувства ребенка словами: «Наверное, тебе очень хотелось мороженого, и теперь ты расстроен, потому что не получил его». После этого объясните малышу, что выражать эмоции в открытой форме не всегда допустимо: «Я тебя понимаю, но это не значит, что ты можешь визжать и топать ногами на улице». И обязательно предупредите малыша о последствиях, которым чревато плохое поведение. Скажите ему, что если он немедленно не прекратит так себя вести, то будет наказан. И не забудьте подтвердить свои слова на практике.

4. Эффективный способ остановить истерику — пятиминутный тайм-аут. Посадите ребенка на стул, стоящий около стены, позаботьтесь о том, чтобы в поле зрения не оказалось ничего интересного. Если он не захочет сидеть, отведите его в комнату и закройте дверь, убедившись при этом, что он не сможет причинить себе вреда. Оставшись наедине с собой, малыш с большой вероятностью справится с истерикой.

5. Еще один способ успокоить кричащего ребенка — присоединиться к нему. Начните плакать вместе с малышом и постепенно меняйте тональность,

переходя от крика и рева, к хныканью и шмыганью носом. Эффект от подобного «хорового пения» основан на склонности детей к подражанию. Неосознанно имитируя вас, малыш успокоится.
6. Многие дети имеют скверную привычку биться головой о стенку или пол, пытаясь таким способом заставить взрослых выполнить их желание. Подобное поведение — притворство или провокация, а потому не стоит обращать на него внимания. Даже у самого маленького ребенка в достаточной степени развит инстинкт самосохранения, так что такими действиями малыш не причинит себе вреда. Лучший способ отучить от этой привычки — игнорировать.
7. Если каприз ребенка выражается в нытье, скажите ему: «Когда ты ноешь и хнычешь, я не понимаю ни слова из того, что ты хочешь мне сообщить. Давай поговорим позже, когда ты успокоишься». Как только это произойдет, обязательно похвалите, выразите свое удовлетворение по этому поводу: «Ну, вот, наконец-то мы можем поговорить спокойно».
8. Отмечайте и поощряйте все поступки ребенка, заслуживающие одобрения, все случаи проявления положительных черт характера. Так ребенок поймет, что за это его ценят намного выше, чем за бесконечное нытье и капризы.
9. Заметив, что ребенок начал плакать, ныть или как-то по-другому выражать свое недовольство с целью получения выгоды, действуйте по обычному сценарию. Не обращайте внимания, игнорируйте. Если вы чувствуете, что не можете противостоять его желаниям, просто уйдите в другую комнату. Лишившись общества, малыш поймет, что капризничать бессмысленно.
10. Если ребенок устраивает сцену на улице, не стыдите его и не наказывайте. Это жестокость в чистом виде. Особую боль ребенку доставляет не шлепок, а раздраженность папы или мамы, которую он ощущает. Это для маленького человека самое горькое. Замечали, как после шлепка плач становится более отчаянным? Это реакция не на удар, а на раздражение. Во многих случаях это происходит потому, что родители на публике стыдятся плачущего ребенка. Но стоит понять, что , люди, которые слышат и видят это, не возмущаются из-за шума, а сочувствуют малышу. Если кто-то и станет пытаться угрозами помочь делу со словами: «сейчас я тебя заберу», с чистой совестью игнорируйте его.
11. Кроме того, очень важно, чтобы все члены семьи научились бороться с детскими капризами. В противном случае ребенок очень быстро поймет, что того, чего нельзя добиться от папы, можно без особых проблем получить от мамы, а уж если и она устоит перед натиском слез и истерик, то бабушка точно выполнит его желание.
Ох, как не просто изучить все тонкости науки воспитания детей, — еще труднее теорию воспитания применить на практике, да еще к собственному ребенку. Успехов вам!