**Консультации психолога**

 **на тему:**

**«Детские капризы»**

(младшая группа)



**Капризы и их предупреждение**

***Детские капризы*** – это особенность поведения ребенка, которая выражается в целесообразных и неразумных действиях и поступках, в необоснованном противодействии и сопротивлении указаниям, советам, требованиям взрослых, в стремлении настоять на своем.

У маленького ребенка они выражаются обычно в попытках добиться желаемого криком, таким образом, внешние проявления характеризуются сильным раздражением двигательным возбуждением.

*Капризы могут быть случайными, эпизодическими.* Однако они могут превратиться в привычную форму поведения, которая проявляется в общении ребенка со взрослыми (чаще в домашних условиях, особенно с некоторыми членами семьи). Ребенок хнычет, плачет, часто находится в плохом настроении.

Нервная система детей младшего дошкольного возраста еще не окрепла окончательно, поэтому процессы возбуждения у них преобладают над процессами торможения, однако именно в этом возрасте у ребенка формируются первые тормозные процессы, а на их основе развиваются зачатки воли, нравственные чувства, самые первые проявления чувства долга. Ребенок уже понимает характер поступков – какие из них хорошие, а какие плохие. Следовательно, капризы детей нельзя целиком отнести к возрастным особенностям; ошибочно полагать, что капризы могут со временем пройти сами собой. *Основная причина детских капризов – неправильное воспитание.* Чтобы устранить их, родителям перестроить нужно систему воспитания.

Причиной капризов может также нездоровье детей, переутомление. Но если малыш не избалован, то в этих условиях капризы нестойки, ребенка нетрудно перестроить.

Превращаясь в привычку, капризы могут способствовать возникновению у детей отрицательных черт характера, таких, как грубость, драчливость, недоверие к людям. Некоторые взрослые считают, что воспитывать детей можно только строгостью. С маленькими детьми постоянно разговаривают в повышенном, раздражительном тоне, часто кричат. В результате такого воспитания ребенок может стать обидчивым, капризным, плаксивым.

**А.С.Макаренко выдвинул важный принцип воспитания детей, так называемой «золотой середины», т.е. соблюдения чувства меры, которая обеспечивает гибкость применения методов воспитания, сочетания любви к детям с требовательностью к ним.**

**Как преодолеть капризы**

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.

**«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!***