

## ДЕТСКИЕ КАПРИЗЫ

Даже самые послушные дети иногда капризничают. Капризы – это бурные проявления гнева и злости, когда ребенок кричит, плачет и топает ногами, катается по полу, швыряет вещи, пинается, кусается и даже старается сделать больно самому себе. Подобные сцены продолжаются с разной интенсивностью и продолжительностью. Нередко родители твердо противостоят желаниям ребенка. Но если малышу все же удалось добиться своего С ПОМОЩЬЮ каприза, то он будет прибегать к этому способу все чаще и чаще.

Иными словами, наша неверная реакция на капризы - наиболее частая причина из-за которой они повторяются.

Как лечить капризы?

1. Как только ребенок начал капризничать, откройте ему свои объятия, уверьте в своей любви, постарайтесь отвлечь от каприза. Но не вознаграждайте ничем.
2. Если не получилось, оставьте ребенка в покое, не обращайтесь на него внимания. Его гнев – это лишь попытка убедить вас и весь мир, что у него жестокая мать.
3. Самые эффективные методы – те, которые убеждают ребенка, что вы никогда не отнесетесь серьезно к его причудам. Оставайтесь спокойными и равнодушными, чтобы он не делал. Если это происходит в общественном месте – вынесите его оттуда на руках и дайте на воле поплакать, сколько ему хочется.

Легче вылечить первый и шестой каприз, чем сотый. Поэтому действуйте разумно с самого начала и вам не придется потом страдать. После каприза, когда ребенок успокоится, поговорите с ним ласково, выразите уверенность, что такого больше не повторится, покажите. Что вы его все равно очень любите. Подобный разговор необходим, чтобы у ребенка не возникло *чувства вины*.

Детские капризы очень многообразны. Какие случаи Вас беспокоят больше всего? Быть свидетелем того, как плачут наши дети, скандалят, капризничают – небольшое удовольствие. Как в таких ситуациях действуете Вы?

Одних малышей стараются успокоить, утешить, других как следует отчитать, третьих просто отшлепать. В любом случае оставаться безучастным очень трудно. Давайте попробуем понять наших детей, разберемся в причинах собственных поступков. Мы способны предотвратить появление неприятных черт характера, стоит лишь своевременно разобраться в проблемах детей, осознать истинные причины их поступков, отделив последние от поводов и сопутствующих случайных обстоятельств.

## *Нежелание есть (Фу, вашу кашу)*

Существует несколько причин такого поведения ребенка.

1. Общее снижение аппетита ребенка. У таких детей насыщение происходит после потребления небольшого количества пищи. Родители же соотносят их потребности со своими, что не вполне корректно. Часто такие дети привыкают пополнять запас энергии не за счет каш и борщей, а «перехватыванием» конфет, печенья, т.е. продуктов, чья энергетическая ценность высока, а общий объем невелик. Как правило, проблемы с кормлением сами собой проходят в подростковом возрасте. Главное, чтобы озадаченные взрослые своими уговорами не выработали стойкую негативную реакцию протеста. Тогда дети начнут отказываться от пищи в ущерб своим потребностям, «из принципа». Такую тактику будет переломить довольно сложно.
2. Капризы избалованного ребенка. Такие капризничают по поводу того или иного блюда, способа их приготовления. Из их слов следует, что суп нельзя есть потому, что там лук, макароны несъедобны из-за подливки, чай слишком горячий. Часто в число нелюбимых блюд попадает каша. Родители же настаивают на ее потреблении, так как считают полезной или из соображений экономии. Часто проблемы возникают в семьях, где детям готовят отдельно, специально. Если это не съедается, то оставляется на потом, разогревается, потом приходит в негодность и выбрасывается. Естественно на отказ ребенка съесть блюдо взрослые начинают бурно возмущаться. Дети же отвечают язвительными замечаниями: «Что ж вы сами не едите?» Так вырастает серьезная проблема. Решением ее может быть приготовление игнорируемого блюда для всех. Ребенок, видя, что другие едят, тоже пробует это блюдо. Обычно хватает двух – трех таких трапез, чтобы снять проблему.
3. Проблемы возникают там, где ребенку во всем потакают, готовы исполнять все его прихоти сразу же без рассуждений. За ребенком ходят по пятам, убирают его вещи, приносят ему на подносе еду, туда, куда он пожелает, не обременяют чадо никакими заботами. Ребенок начинает командовать взрослыми. Особое удовольствие доставляет сначала высказать пожелание, а потом отказаться (сделать блинчики). Рано или поздно взрослые начинают негодовать на неуважение детей к их труду, на неуважение к ним лично. Чтобы избегать таких проблем заранее продумайте круг обязанностей детей по дому. А после 7-8 лет дайте больше возможностей по самообслуживанию. Тогда вместо «Фу, вашу кашу!» вы услышите трогательное: «Я тут приготовил, попробуйте»

Вообще совместное приготовление блюд ведет к тому, что дети могут самовыразиться, помогает предотвратить пищевые капризы, готовит детей к взрослой жизни.

### ***Купите мне машину!***

Дети обожают смотреть рекламу. Короткие забавные ролики воспринимаются как мультфильмы. В это же время происходит программирование психики на потребление определенных товаров, вещей, продуктов.

В редкой семье нет игрушек. Обычно бывает наоборот. Ими завалена вся квартира, а чадо требует все новых и новых. Игрушки приобретают на день рождения, на Новый год, их преподносят родные и знакомые. Более того, редко поход в магазин обходится без подарка. От обилия товаров у ребенка разбегаются глаза. Сделать приятное в этой ситуации им легко и просто, и мы это делаем. Но рано или поздно наступает момент, когда мы отказываем малышу в просьбе: игрушек становится более чем достаточно и каждая новая занимает ребенка максимум на пару часов, а то и просто остается лежать забытой у порога. Но объяснения не действуют на ребят, они *привыкли к потаканию*. Реакция детей может быть различна по форме (заискивания, обещания, требования, слезы, крик, обвинения), но цель одна – привлечь внимание к своей персоне. Не каждый взрослый способен противостоять таким манипуляциям. Чаще нас страшит реакция окружающих, их осуждение. Вдруг подумают, что мы не любим наше дитячко, жалеют лишнюю копейку. Дети чувствуют это напряжение и усиливают нажим. Разворачивается настоящий драматический поединок, решается вопрос – кто кого? Известно всем сомнение, можно ли пробудить в ребенке благоразумие или подействует только грубая сила. И даже одержав «победу», взрослые начинают сомневаться, раскаиваться в своих поступках. Им кажется, что они чрезмерно жестоки, что эмоции, нервы, психическое здоровье стоят дороже сэкономленных денег.

Будьте последовательны! Если страсть к приобретательству завладела душой ребенка, он не в силах противостоять соблазнам, то пора искать и искоренять причину, а не следствие. Попробуйте ограничить время сидения перед телевизором, увлечь интересным делом. Обыграйте вместе уже имеющиеся игрушки. Второй момент – не искушайте ребенка сами. Не водите по таким магазинам. Постарайтесь изменить отношение к подаркам. Их не заслуживают. Это знак внимания. А таковым может быть выпуск газеты, специально приготовленное блюдо, стихи, а не подношение.

Если же публичный скандал все-таки застал вас врасплох, то постарайтесь переиграть ребенка, поведите себя непредсказуемо. И тогда ребенок забудет о притязаниях.

### ***Не буду надевать эти...***

Целый ряд детей начинают капризничать по поводу одежды уже в 5-7 лет. Пока ребенок мал, взрослые сами наряжают его сообразно собственному вкусу. Но уже в 4-5 лет ребенок начинает сравнивать себя с окружающими. Соотносят, прежде всего, внешние признаки и особенности поведения. Дошкольники уже начинают делать выводы по поводу того, что им идет, когда они выглядят более привлекательно. Эти суждения дополняются информацией, которую дети получают, примеряя вещи к празднику, а также наблюдая реакцию на свой наряд со стороны окружающих и сверстников.

Поэтому у девочек уже в 5-6 лет, у мальчиков на 1-2 года позже уже складывается представление о том, как они бы хотели выглядеть. Эти представления не всегда совпадают с нашим мнением, с нашим семейным бюджетом. Но в результате, когда мы покупаем нашим детям сами, они могут отказаться их носить. Как быть? Согласиться с ребенком? Подчинить его своему диктату? А если дети начнут сопротивляться?

Случаи некорректного поведения детей мы и рассматриваем здесь.

Итак, ребенок считает, что родители, родственники неправы. Их решение грозит девочке (мальчику) насмешками о стороны сверстников, испорченным настроением, обидами. И тогда дети начинают протестовать, скандалить, язвить, грубить, делать решительные заявления. Выбор реакции предопределен индивидуально-психологическими, возрастными особенностями ребят, их взаимоотношениями со взрослыми, просто уровнем воспитанности. Общая тенденция: чем старше ребенок, тем больше он уверен в безоговорочной любви к себе и собственной безнаказанности, тем более резкую и неприятную форму поведения он выбирает.

От таких капризов, как правило, больше всего страдают бабушки, чья любовь к внукам безгранична, а вкусы складывались несколько десятилетий назад. На втором месте – мамы. Мужчины, как правило, обладают большим авторитетом, да и вопросами моды интересуются куда меньше, поэтому в данной ситуации они оказываются в более выгодном положении. Им не приходится выслушивать неприятные комментарии по поводу того или иного приобретения, перед ними обычно не устраивают «показательных выступлений».

Получается, чтобы обойтись без подобных капризов, следует либо привить себе авангардные взгляды, либо позволить детям самим решать вопросы выбора одежды, лишь бы это не выходило за определенные бюджетные рамки. А еще лучше с первых дней позаботиться о правильном воспитании, формировании в детях черт терпимости, уважительности, благодарности. Ведь обижает больше не столько факт несогласия, сколько неприемлемая форма, в которую они облекается. Просить и убеждать здесь бесполезно. Столь же глупо подвергать детей наказанию. Они не виноваты, что их взгляды не соответствуют нашим. Ответственность здесь лежит на нас – взрослых. В данном случае ответственность за предоставление детям достаточной свободы, ответственность за развитие у них вкуса и понимания. Если же мы пустили дело на самотек, позволили укрепиться в их сознании наших детей мысли, что только они бывают правы, что окружающие обязаны потакать их капризам, то это первые же плоды нашего же воспитания. А другие не замедлят быть следом.

### ***Успокойся, деточка***

Почему некоторые дети на любое замечание, просьбу, просто на повышенный голос начинают плакать, рыдать?

Слезы и истерика – это испытанный способ привлечения внимания. Ребенок осваивает его с раннего возраста. К нему прибегают, когда ситуация вызывает страх, неудовольствие, когда она выходит из-под контроля. Если к этому добавляется психическая предрасположенность со стороны малыша, или происходят события, способные нанести психическую травму, то истерические

капризы становятся обычными, типичными формами поведения. Вид рыдающих детей производит сильное впечатление, взрослые начинают метаться, пытаются утешить своих ненаглядных. В ход идут уговоры, обещания, водичка, успокоительные. Однако это только усиливает реакцию. Почему?

Раз человеку плохо, его жалеют, успокаивают, значит, есть основания плакать и кричать. Вот дети и плачут. И чем больше их успокаивают, тем большую жалость они испытывают к себе, тем более продолжительны истерики.

**ОДНАКО НЕЛЬЗЯ ИГНОРИРОВАТЬ ЭТИ СЛЕЗЫ.** Нельзя просто уйти в другую комнату. Это все же бессознательный призыв к помощи, демонстрация эмоционального неблагополучия, а не обычная манипуляция. Манипулятор осознает, что он хочет и с этой целью воздействует на взрослого. Здесь же у ребенка складывается определенное тягостное для психики состояние, и запускаются механизмы протеста. Дети не могут повлиять на свое поведение, оно не зависит от их воли. Если взрослые не отвечают, то протестные реакции могут перерасти в форму истеричных. Значит, реагировать надо. Но как?

Часто в таких случаях нужна помощь специалистов.

Родители могут провести ряд профилактических мероприятий:

- Не устраивайте при ребенке семейных сцен;
  - не спрашивайте о назревающих неприятностях;
- Если срыв произошел, то сократить его можно взяв ребенка на руки, поглаживая, покачивая. Если ребенок старше 7 лет, то можно взять ребенка за руку, сесть рядом и молча посидеть с ним. Пока дети плачут лучше ничего не говорить, сочувствие покажите жестами.

Не надо излишне суетиться. Какой бы долгой не была истерика, она закончится. Невыплаканные слезы отразятся на работе внутренних органов. После истерики наступает состояние ступора, расслабления. Не тревожьтесь, и не беспокойте в это время ребенка. Все разговоры отложите на потом.

Детские капризы – это лишь реакция на невозможность изменить жизнь в желаемом ребенком направлении (например, помирить родителей).

Невротизация детской психики происходит под влиянием психотравмирующих ситуаций. И нет смысла с ними бороться с ними раньше, чем будет устранена причина их появления

### ***Хочу! Хочу! Хочу!***

Взрослые порой становятся заложниками своей неумеренной любви к детям. Чаще всего это бывает с единственным ребенком или поздним ребенком. Толчком к последующей тирании может быть и продолжительная болезнь чада. Чаще всего под пресс детских вымогательств попадают бабушки. Дети, привыкшие к демонстрации жертвенного отношения со стороны взрослых, порой не могут удержаться от подсознательного желания испытать силу их любви. Приказы сыплются как из рога изобилия. Порой мы полгорода обегали в поисках нужной вещи, месяцами копят деньги, лишь бы угодить любимому чаду.

Постепенно требования растут. Дети хотят делать, что им хочется, а взрослые появлялись только тогда, когда в них возникает нужда, и быстро исчезали.

Капризы ребенка-эгоиста неприятны, ставят окружающих в неловкое положение: заставляют на ходу менять свои планы, становятся причиной многих нечаянных обид и крайне опасных ситуаций.

Родители должны осознать, что хорошими являются не те родители, которые делают все для своего отпрыска, а тот, кто не забывает и о своей жизни, у кого дети умеют считаться с другими людьми.

Такая ситуация ведет к тому, что у данного ребенка будет неудавшаяся судьба, несложившаяся карьера.

Для того чтобы выразить свою любовь, есть множество способов. Это и стремление к совместному проведению досуга, разумные ограничения, предусмотрительность, требовательность. Они так же необходимы, как ласка, похвала, подарки.

Семья должна поддержать ребенка в трудном деле формирования у него навыков саморегуляции и самоограничения.

Только считаясь с желаниями и интересами окружающих, ребята научатся быть хорошими друзьями, любящими детьми и желанными членами любой компании. Не только родители должны заботиться о детях, но и дети о родителях. Не только малышам позволено иметь желания.

Но если мы закрываем глаза на эгоистические замашки своих отпрысков, то детские капризы скоро станут взрослой бедой: бывшие милые создания превратятся в законченных сумасбродов, живущих исключительно за чужой счет, не способных безвозмездно сделать, хоть что-нибудь хорошее для людей.

### ***Мама с папой тебя просят***

Многие дети привыкают к тому, чтобы взрослые просили их о чем-то по многу раз, напоминали о необходимости выполнить то или иное действие. Даже элементарные формы самообслуживания требуют от них контроля и еще раз контроля.

Причесаться, почистить зубы, сложить аккуратно свои вещи, убрать за собой грязную посуду – все эти и многие другие обязанности вменяются ребенку с детства. Но очень часто дети не считают их обязательными и перекладывают их на плечи домашних. Сделать они могут только после специального напоминания, в противном случае как бы забывают о делах, не придавая им особого значения.

В более старшем возрасте мы начинаем жаловаться на то, что ребенок не видит домашних дел. Но начало этому заложено было в дошкольном возрасте.

Любя своих малышей, мы стараемся сделать за них самые элементарные вещи.

Чрезмерная опека не безоговорочно, но нередко приводит к появлению инфантильности. Вырастая, дети не хотят расставаться с этой своей чертой, ведь она сулит целый ряд привилегий, защищает от необходимости принимать решения, брать ответственность.

Чтобы отделить действительную инфантильность от «полезной» для ребенка, достаточно его поместить в условия, где он не сможет рассчитывать на помощь родных

Как бы ни было нам приятно ощущение зависимости от нас наших детей, от нее надо отказываться, иначе мы столкнемся с ее негативной стороной. Ребенок будет все больше и больше садиться на шею родителям. Подготовить ребят к самостоятельной жизни не менее важно, чем дать им хорошее здоровье, позаботиться об образовании. Эти задачи сопоставимы по значимости.

Если мы об этом забываем, то в нашу повседневную жизнь входят просьбы и уговоры. Количество их нарастает подобно снежной лавине в пору формирования самоконтроля и произвольности (младший дошкольный возраст). В подростковом возрасте дети доходят до помыкания взрослых. И чем старше становится ребенок, тем больших усилий потребует искоренение вредной привычки к инфантильности, тем более неприглядные формы она будет принимать

## **ВРЕДНЫЙ РЕБЕНОК**

Чтобы не дать укорениться вредной привычке поступать назло другим, в том числе вам, запаситесь терпением. Усилие нажима, повышенного тона, плохо скрываемое раздражение за высказываемыми фразами, а тем более крик раззадоривают вредин. Азарт добавляет сил для борьбы. Лучше сопровождать просьбу спокойными разъяснениями, предложить помощь, возможность выбора. Вместо беспелляционных требований можно использовать альтернативные предложения. Вместо фразы: «Уже девять часов, отправляйся умываться и спать», предложите: «После вечерних мультфильмов мне помочь тебе умыться или я могу еще немного почитать».

Не следует отказываться от общения с вредными детками из желания не провоцировать их лишней раз. За что его наказывать, если они не совершили ничего плохого. Напротив, выражение хорошего отношения очень важно для таких детей. Любимый человек должен быть уверен, что любим, даже если поступает очень плохо. Мстить детям недопустимо. От капризов они могут перейти к агрессии, появятся другие проблемы.

## **УПРЯМЦЫ**

Упрямство – это своеобразный способ разрешения конфликтов и противоречий между взрослым и ребенком, способ самоутверждения в глазах взрослых и сверстников. Часто упрямство сопровождается кризисы развития.

Упрямцы обладают уникальным упорством, но не потому, что у них сильная воля, а потому, что не могут перестроиться. Побуждающая их действия потребность столь сильна, что не позволяет думать не, о чем другом.

Упрямец хочет быть самым-самым (ловким, умным...). Они считают, что другие люди посягают на его сугубо позитивное отношение о себе, не считают его мнение авторитетным, угрожают его «Я».

У детей завышенная самооценка, неспособность замечать свои ошибки, перестраиваться.

Природными предпосылками этого является высокая тревожность, а социальными – избалованность, авторитарность родителей.

В общении с упрямыми надо отказаться от противостояния. Если вы хотите помочь своим чересчур упрямым детям, то позаботьтесь об их эмоциональном благополучии, признайте за ними право на ошибку. Совершение ошибок и их исправление – не самый плохой путь личностного развития. Навязывая свой взгляд, мы невольно указываем ребятам на их место. Но дети уже в 4-5 лет хотят быть взрослыми, иметь собственный взгляд. Родителям предстоит научиться уважать это право.

Уступить ребенку – не значит проявить слабость, скорее это проявление дальновидности. Помогать детям надо, но помощь надо предлагать, а не навязывать.

Ребенок – это во многом наше отражение, поэтому не спешите выносить ребенку приговор: «Упрямец», а проанализируйте свое поведение.

Итак, как надо вести себя с маленьким упрямым?

1. Обвиняя своего ребенка в упрямстве, подумайте, не упрямы ли Вы сами. Достаточно ли у вас гибкости, чтобы переключить упрямство на что-то

- захватывающее? Не требует ли вы безоговорочного послушания? Не унижаете ли его?
2. Не разряжаетесь ли вы на нем, не скрывая своего раздражения, помня об обязанностях и забывая о его правах. Нет ли конфликтов в семье? Это часто ведет к проявлению упрямства.
  3. Нельзя ругать малыша в момент, когда он проявляет упрямство.
  4. Задумайтесь о причинах частых приступов упрямства. Возможно виной всему стресс.
  5. Помните, что ваши замечания в момент пика упрямого поведения, только сильнее перевозбуждают его, делают поведение еще более несносным.
  6. Когда ваш малыш особенно упрям, не надо, чтобы вас заклинивало так же, как его. Найдите ему интересное дело, чтобы он выполнил его с успехом, не забудьте похвалить его.
  7. Поймите ребенка и проявите чуткость.
  8. Когда нет реальных поводов для упрямства и дух противоречия беспричинен, а малыш не чувствует вины, покажите его специалисту, потому что упрямство может быть свидетельством заболевания.

## **СКАНДАЛИСТЫ**

Привычным способом доказательства своей правоты для таких детей, отстаивания своей позиции и подавления активности других членов семьи являются крики. Дети используют визг, топот и прочие некрасивые замашки. Оппонент берет своих оппонентов на испуг («Уступите, а то хуже будет») Нельзя пасовать, ввязываться в борьбу с этим ребенком. Единственный продуктивный способ взаимодействия с таким крикуном – спокойствие, без ужаса смотреть на творимые безобразия, говорить, не повышая голоса. Не поддаваться на провокации со стороны маленького человека.

Однако предложенная тактика – это «обезболивающее терапевтическое» средство. А отнюдь не радикальное «хирургическое лечение». Взрослым предстоит разобраться, в чем ущемляются права и достоинства детей. Связано ли это с естественным процессом взросления, амбициозными стремлениями или семейными неурядицами? В каждом из этих случаев следует действовать по-своему.

Демократизация отношений, отказ от ряда родительских привилегий – наилучший выход из первой ситуации, сохранение твердости необходимо при второй, управление конфликтом – в третьей.

Противостояние может вызвать обострение негативного поведения. И здесь главное – не отступить, выдержать характер.