

Консультация для родителей «Как справиться с детскими капризами»

Воспитатель: Тхагапсо И. Р.

Каждый родитель сталкивается с упрямством и капризами своего ребенка. Иногда такое поведение застает взрослых врасплох, а попытки успокоить и отвлечь малыша не увенчиваются успехом. Чтобы узнать, как действовать в таких ситуациях, необходимо понять причину детских капризов.

Причины капризов у детей

Каприз-способ ребенка показать свое недовольство просьбам и указаниям взрослых. Стремление добиваться чего-то запретного, недостижимого или невозможного в данный момент. Часто ребёнок начинает капризничать в присутствии конкретного человека, тем самым привлекая к себе его внимание и пытаясь что-то до него донести. Причин для детских капризов может быть несколько:

1. Плохое самочувствие. Ребенку дошкольного возраста трудно выразить словами ощущения, которые он испытывает. Если в помещении слишком душно или жарко, если ребенок хочет спать или у него что-то болит, малыш может продемонстрировать это своим поведением. Поэтому если Вы заметили, что ребенок начал капризничать без видимых на то причин, наблюдайте за его самочувствием.

2. Психосоциальные причины. К этой группе факторов относятся темперамент ребенка и особенности его нервной системы (проявляющиеся в слабости самоконтроля и излишней эмоциональности, ранимости).

3. Нарушения воспитания. Стиль семейного воспитания сильно влияет на личность ребенка. Одной из самых распространенных ошибок воспитания является гиперопека. Чрезмерная забота и потакание всем прихотям ребенка приводят к тому, что он не знает слова «нет». Но жизнь устроена так, что рано или поздно ребенок начинает сталкиваться с запретами, в том числе со стороны своих же родителей. Конечно, в этом случае последуют бурные реакции. Родители часто пугаются такого поведения ребёнка и вовсе перестают пытаться ограничивать его желания, чем усугубляют ситуацию еще больше.

Другая крайность – это гипоопека, или недостаточная забота о ребенке, игнорирование его желания и интересов. Стремясь угодить взрослым, дети в таких семьях стараются выполнять все требования, но вскоре их адаптационные ресурсы заканчиваются, и они начинают отстаивать свои интересы с помощью капризов и протестов. Также на поведении малыша негативно сказывается

хаотический стиль воспитания, при котором у родителей нет единой воспитательной позиции. Плавающие границы дозволенного и непоследовательность развивают в ребенке импульсивность, неуверенность, нестабильность самооценки. Ребёнок, не имеющий четкой картины мира, не получает нужного ему ощущения безопасности и предсказуемости. В связи с этим появляется капризность и импульсивность.

4. Проблемы в семье. Напряженность внутрисемейных отношений сказывается на поведении малыша. Даже скрытый конфликт может «считываться» ребенком, ведь дети легко улавливают эмоциональный климат вокруг. Своими капризами они пытаются показать, что недополучают внимания, ведь родители заняты решением своих проблем.

5. Я сам! Иногда родители воспринимают как капризы стремление малыша к самостоятельности. Например, трехлетний ребенок пытается сам застегнуть пуговицы на кофте, и несмотря на то, что него ничего не получается, помощь взрослых воспринимается в штыки. Психологи уверены, что в этой ситуации поведение малыша является не капризом, а естественным желанием ребенка проявить свою самостоятельность. Для дошкольников очень важно, чтобы их попытки что-то сделать самому, были признаны.

Что делать, если ребёнок капризничает?

В детском возрасте капризы неизбежны. Ребенок начинает капризничать, если между его желаниями и требованиями реальности (которые транслируются взрослым) возникает противоречие, а это происходит очень часто. Чтобы минимизировать капризы, необходимо не только понять их причины, но и научиться правильно реагировать на них. Вот некоторые общие правила, следуя которым, Вы сможете дать малышу понять, что капризы – это не лучший способ добиться желаемого.

Сохраняйте спокойствие. Постарайтесь не реагировать на капризы ребенка бурно, проявите терпение. Если ребёнок почувствует, что вы спокойны, уверены и придерживаетесь твердой позиции, он будет значительно реже прибегать к подобному способу удовлетворения своих потребностей

Покажите ребенку, что Вы его понимаете. Ребенок быстрее успокоится, если Вы озвучите его чувства и возможную причину каприза (например, «я вижу, что ты очень злишься из-за того, что я не разрешила тебе съесть еще одну конфету» или «мне кажется, ты расстроилась, потому что мы не можем сейчас пойти гулять»).

Если требование ребёнка разумно, скажите ему «да». Не стоит относиться к капризам как к попытке вывести Вас из себя. Маленький ребенок еще очень эмоционален и ему сложно выразить свое требование спокойно и аргументировано. Если Вы видите, что какая-то часть желания малыша вполне осуществима и не несет никакого вреда, позвольте ему сделать это.

Если требование ребёнка неразумное, не выполняйте его. Как бы ребенок не кричал и не плакал, в этом случае нужно обязательно проявить твердость и сказать категоричное «нет». Ни в коем случае не меняйте своего решения, стремясь успокоить ребенка, так как это приведет только к усугублению ситуации в будущем. Четкие границы дозволенного помогают малышу создать ясную картину мира, если же эти границы постоянно меняются, ребенок будет продолжать капризничать, пытаясь добиться своего.

Будьте последовательными. Не меняйте своих требований в зависимости от настроения и обстоятельств. Если Вы что-то запрещаете своему ребенку, то «нельзя» должно быть категоричным, но помните, что запретов не должно быть слишком много. Если же Вы разрешили крохе сделать то, что он хочет, будьте готовы стерпеть все возможные последствия (например, беспорядок или испачканную одежду)

Учите ребенка выражать свои эмоции и чувства словами. Чтобы малыш мог использовать конструктивные способы высказывания своего мнения и выражения чувств, перед его глазами должен быть надлежащий пример. Если родители будут говорить о своих чувствах в присутствии ребенка и объяснять свои действия, кроха научится прислушиваться и к своему состоянию. И тогда вместо того, чтобы кричать и капризничать, ребенок сможет выражать свои переживания словами.

Капризы – это частое и вполне естественное для дошкольного возраста явление. Таким способом дети пытаются донести до взрослых информацию о своих желаниях. Причем часто бывает так, что с одним из родителей малыш ведет себя спокойно, а с другим начинает капризничать. Одной из самых распространенных причин капризов у детей являются особенности воспитания: обилие запретов, непоследовательность и излишняя опека. Надеюсь, следуя вышеперечисленным общим правилам, Вы поможете ребенку научить выражать свои чувства конструктивно.