

## «Упрямые и капризные дети!!!»

Упрямство и капризы – две стороны одного и того же нарушения проявления трудностей специализации: у детей более сильных это выражается в упрямстве, а у слабых в капризах.

Первые проявления упрямства не случайно обнаруживаются у совсем маленьких детей – в возрасте 2-3 лет. Именно в этот период у ребенка резко возрастает активность, самостоятельность, настойчивость в достижении своих целей. В этот период малыш уже может иметь мнение и пытаться его отстаивать. Одним из способов настоять на своем, и является упрямство, т.е. первая попытка самоутверждения.

Одной из частых причин проявления упрямства и капризов у малыша является отступление от привычного уклада жизни - нарушение режима, смена обстановки, обилие новых впечатлений, плохое самочувствие

во время болезни. Как только появляется обстановка комфорта, так и исчезает упрямство. Поэтому необходимо найти, что мешает ребенку, что вызывает его протест. Для этого необходимо хорошо представлять себе привычки, потребности и желание малыша, разумно их оценивать.

Другой распространенной причиной проявления упрямства в раннем детстве является не своевременное стремление родителей как можно раньше приучать малыша к пользованию горшком или требовать от ребенка то, что ему не по силам.

Если упрямство свойственно, как правило сильным, активным и энергичным детям, упорно отстаивающими свое мнение в открытой борьбе с такими же энергичными родителями, то несколько иначе обстоит дело с капризами. «Капризность как устойчивая форма поведения, «Черта характера» присущая некоторым дошкольникам

### **Причины возникновения каприз и упрямства.**

1. Игнорирование ребенка родителем (от 10 до 60 секунд) из-за общения с другими людьми или звонков, в то время, когда ребенок хочет общения с взрослым.
2. Несогласие родителя с предложением ребенка без объяснения причины или того объяснения, которое кажется ребенку достаточным.
3. Невыполнение родителем значимых для ребенка обещаний, данных накануне, без объяснения причины или с объяснением, которое кажется ребенку недостаточным.
4. Замечание, сделанное родителем ребенку в присутствии других взрослых или детей.

5. Открытое недовольство со стороны родителя результатами детской работы (аппликацией, рисунком), поведением, игрой ребенка или другой значимой для него деятельностью.
6. Сравнение детей между собой.

причинами проявлений негативизма и упрямства у детей 5–6 лет чаще всего являются факторы, относящиеся к личности ребенка и его потребностям, которые возникают, как доступный для ребенка способ утвердить свою позицию, добиться уважения родителей. Негативизм и упрямство являются своеобразным протестом против собственного бесправия, единственным приемлемым способом отстаивания своей позиции.

В поведении ребенка негативизм и упрямство проявляются по-разному, но **всегда носят демонстративный характер, целью которого является привлечение внимания взрослого к собственным проблемам.**

Вначале проявления упрямства и негативизма носят невербальный характер, ребенок может отворачиваться от родителя, не отвечать на его вопросы, избегать зрительного контакта. В случае если невербальные проявления негативизма и упрямства не приводят к ожидаемому ребенком результату, можно отметить вербальные проявления в сочетании с невербальными. **Ребенок может начать громко разговаривать, затем кричать, с целью привлечения к себе внимания взрослого.** При задержке реакции со стороны родителей или не той реакции, которую ожидает ребенок со стороны родителя, интенсивность и длительность проявлений возрастают.

При высокой интенсивности эмоциональных реакций, которые проявляются в аффективном реагировании ребенка на слова взрослого (закрывание ушей, невосприятие ребенком информации, которую сообщает родитель), ребенок не способен самостоятельно, без внешних стимулов прекратить проявления негативизма и упрямства. Он нуждается в других способах выхода из ситуации, которыми могут являться: плач ребенка в результате доведения эмоционального накала до высокого предела, резкий разрыв взаимодействия с родителем.

Вербальные проявления негативизма и упрямства часто сопровождаются невербальными: ребенок говорит «нет» и при этом складывает руки на груди, отворачивается от взрослого.

Можно выделить факторы, усиливающие проявления негативизма у ребенка:

1. Постоянная смена родителем тактики взаимодействия с ребенком, когда от уговоров ребенка родитель переходит к угрозам, игнорированию проявлений, затем к убеждению ребенка логическими доводами и снова к уговорам или угрозам. Ребенок при этом способе взаимодействия не успевает выработать адекватный способ поведения, согласиться с доводами родителя, понять для себя выгоду

предложения родителя, а также не успевает вступить в диалог с родителем из-за быстрой речи последнего.

2. Дополнительными факторами, усиливающими проявления негативизма и упрямства, могут являться: включение во взаимодействие родителя и ребенка другого взрослого, не имеющего особой значимости для ребенка; игнорирование проявлений негативизма и упрямства ребенка со стороны родителя; сравнение ребенка с другими детьми; устыжение ребенка. Это может свидетельствовать о том, что с помощью проявлений негативизма и упрямства ребенок добивается не столько своей цели, сколько нового статуса единственным приемлемым для него способом.

### **Подходы к упрямому ребенку**

Обычно во время приступа детского упрямства силы родителей направлены на борьбу. Зачастую родители употребляют выражение: «Я устал(а) с ним (ней) бороться». Со стороны кажется, что между ребенком и родителями идет война. Слово «бороться» не означает конструктивного взаимодействия с целью разрешения конфликта. Во время любой борьбы всегда есть два противника, каждый из которых борется за собственные интересы, и обязательно есть проигравший и выигравший. Так получается, что в обстоятельствах борьбы сам ребенок теряется из виду, и на первый план взрослый выносит ситуацию и свой эгоизм, но не чувства и причину, которые породили факт упрямства. Цели «борьбы» взрослого обычно таковы: «Я должен заставить ребенка понять, что родителей надо слушать»; «Я докажу, что я сильнее и авторитетнее». Таким образом, детское упрямство порождает взрослое, и возникает конфликт.

Итак, понятно, какие чувства может испытывать взрослый при детском упрямстве. А что чувствует ребенок? Для этого нужно предложить родителям вспомнить себя в детстве, свои прежние чувства, воссоздать в памяти аналогичную ситуацию, когда чего-то хотелось, но не давали или запрещали. Важно, чтобы родитель проговорил вслух эти чувства; если ему сложно, за него чувства может озвучить психолог. А после этого родителю следует вернуться в настоящее время и разглядеть собственного ребенка. Родители не всегда понимают, что дети часто воспринимают «борьбу» с их упрямым поведением, как «борьбу» с ними самими. При этом ребенок может переживать грусть, ненависть, обиду, жалость, злобу и др. В этот момент он может испытывать желание действовать наперекор взрослому, ударить его, сломать что-нибудь, убежать, спрятаться, заплакать. И это вполне естественно – это защитная реакция ребенка.

Что делать родителям? Необходимо перейти к взаимопониманию. Проблему, которая звучит «Как с ним бороться?» следует переформулировать на «Как мне/нам понять ребенка и научиться правильно с ним взаимодействовать?».

В конфликтной ситуации запас возможностей держать себя в руках у взрослого гораздо больше, чем у ребенка. Это объясняется физиологической незрелостью некоторых структур мозга, нервной системы, несформированностью эмоционально-волевой регуляции у детей. Родитель должен подробнее расспросить ребенка, чего он хочет. Иногда ребенок не может подобрать слова, чтобы точно выразиться, тогда взрослому нужно предложить возможный список желаний ребенка, чтобы тот мог выбрать что-то из перечисленного.

После того как желание прояснилось (нет необходимости исполнять его сразу), нужно признать право ребенка на его желание. Когда мы чувствуем, что кто-то признает и принимает наши планы, мы радуемся, и у нас сразу возникает расположение, тяга к сотрудничеству и диалог с принимающим нас человеком. Далее возможно конструктивное обсуждение желания. Желание бывает реалистичным, но осуществимым не в данный момент. В таком случае следует проговорить, когда и как это возможно, и обязательно определить «когда и как» конкретно. И конечно, договоренность с ребенком необходимо выполнить, иначе у него сформируется недоверие к взрослому. Безусловно, существуют невыполнимые желания: сложно остановить ветер, срочно вызвать лето и т. д. В таком случае можно поиграть с ребенком: придумать волшебную палочку, задуть ветер в коробочку, устроить дома лето, позагорать и искупаться. .

### *Рекомендации родителям*

#### **«Упрямые и капризные дети!!!»**

- Основное, что Вы, родители, должны сделать – это изменить свое отношение к ребенку, отказаться от привычной «авторитарной» позиции, научиться относиться к нему не как к полностью подчиненному и зависимому существу, а как к человеку.
- Родители должны сделать над собой усилия и изменить свой метод воспитания.
- Дорогие родители, ребенка не следует ставить в ситуацию множественного выбора, такие ситуации для ребенка не сильны. Гораздо лучше будет, если ребенку будет предоставлен один вариант поведения (увидел за обедом одну тарелку с супом – съем, а увидел три разных блюда – уже не знает, как быть, и начинает капризничать).
- Чтобы ребенок перестал капризничать, большинство родителей считают, что лучше уступить его желанию, чтоб перестал капризничать. Но это прекращает только конкретный, сиюминутный каприз, а капризность как форму поведения, наоборот закрепляет. Для того чтобы преодолеть эту ситуацию неприятную черту характера ребенка, от взрослого требуется огромная настойчивость, терпение и самообладания.

- Тактика родителей в этот период должна сводиться к терпеливому и настойчивому, но мягкому по форме приобщению ребенка к правилам и нормам, принятым в человеческом обществе.
- Необходимо отыскать, что мешает ребенку, что вызывает его протест. Для этого необходимо хорошо представлять себе желания, привычки малыша, и разумно их оценивать.



**Уделяйте внимание ребёнку не тогда, когда он «плохой», а когда он «хороший».** Открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребёнок спокоен, уравновешен, делает то, что надо.

***Вы мудрее его, помогите ребёнку справиться с самим собой, основываясь в своём поведении на трёх принципах: попытаться понять ребёнка, обозначить пределы допустимого поведения, проявить сочувствие к нему.***

#### Памятка для родителей

1. Предъявляйте ребенку разумные требования, соответствующие его возрасту.
2. Прежде чем обвинить ребенка в упрямстве, подумайте, не упрямитесь ли вы сами.
3. Чаще ставьте себя на место ребенка и смотрите на мир (хотя это и очень сложно) его глазами.

4. Предоставляйте ребенку право выбора.
5. Старайтесь не создавать ситуаций, в которых может проявиться упрямство.
6. Не используйте силовые методы – это только усугубит упрямство.
7. Не соглашайтесь с ребенком только для того, чтобы он «отстал».
8. Не забывайте хвалить ребенка.
9. Не ведите «борьбу» с ребенком: взрослый и физически, и психически крепче, так что ребенок будет в проигрыше в любом случае; выстраивайте с ним разумное взаимодействие.
10. Посвящайте ребенку больше времени и внимания, чаще играйте с ним.
11. Помните: здоровый ребенок не может везде и всюду подчиняться родителям!

Подготовила педагог - психолог  
высшей квалификационной категории Шабалова Т.А.

Литература:

1. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребёнка. М.; Просвещение, 1986. – 128с
2. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. СПб., Валери СПД, М.; ТЦ Сфера, 2002, - 112с