**Консультация для родителей «Капризы и упрямство ребенка, как с ними справиться?»**

Наши дети рождены для счастливой жизни, и от взрослых, будет ли она омрачаться **упрямством и излишними капризами**. Необходимо выделить причины появления и особенности этих нарушений поведения **ребенка**.

Отшлепать или накричать на **ребенка довольно легко**. Важно понять истинные причины такого неадекватного поведения? Как необходимо бороться с детскими **капризами и упрямством**, и нужно ли это делать вообще?

**Капризы** детей — это вид упорного детского непослушания взрослым, для которого нет никаких видимых на то мотивов (*«Я хочу и все»*). Чаще **капризы** свойственны детям, беспомощным и зависящим от окружающих их взрослых.

**Упрямство** — определенный способ **ребенка настоять на своем** *«Я»*, его одна из первых попыток самоутверждения. Он начинает проявлять **упрямство** в ответ на определенное поведение или некоторые требования **родителей**.

*«****Капризуля****»* плачет по любому поводу, добивается к себе большего внимания, а *«****упрямец****»* – настаивает на своем, не уступает.

**Упрямство ребенка** — результат требовательности самих **родителей**, а **капризы**, наоборот, проявляются вследствие чрезмерной уступчивости взрослых.

Можно выделить ряд причин детских **капризов и упрямства**.

1. Особенности развития психики **ребенка**: в развитии **ребенка** наступают определенные периоды, связанные со стремлением самоутвердиться и быть независимым.

2. Смена окружающей обстановки. Когда появляется второй **ребенок в семье**, малыш начинает чувствовать, что перестал быть единственным, и любовь **родителей** распространяется на кого-то еще. Он проявляет бурный протест, который выражается во вспышках злости и агрессии.

Недостаток любви **родителей** считается главной причиной бесконечных и беспричинных **капризов и непослушания**.

3. **Ребенка что-то беспокоит**, он болен, но сам этого не понимает. Ведь дети не могут передать взрослым, что происходит у них в организме, что у него болит.

4. Привлечение **ребенком** к себе внимания взрослых. Это такой способ общения **ребенка со взрослым**, когда ему не хватает **родительского общества и их любви**. Часто **капризы** по такой причине встречаются у детей, которых излишне окружают заботой и вниманием. 6. Реакция **ребенка на запрет родителей**. **Капризничая**, малыш хочет добиться желаемого: подарка, разрешения гулять или еще чего-то, и когда **родители запрещают что-то**. В особенности это касается в запрете взрослых на свободу **ребенка.**

7. Стремление к самоутверждению. Выражается в протесте **ребенка против чрезмерной родительской** опеки и демонстрировании желания быть самостоятельным. **Ребенок должен чувствовать**, что ему дают право выбирать самостоятельно, понимают и уважают его.

Как можно преодолеть **капризы и упрямство ребенка**:

- взрослым необходимо изменить свое поведение, постараться уйти от зависимости от детских **капризов**. **Родители** должны быть более твердыми в своей позиции. Малыш должен понять, что если нет – то это нет, если нельзя – то это нельзя;

- необходимо разнообразить среду общения **ребенка его сверстниками**, друзьями, постараться его увлечь. Когда ему что-то интересно и **ребенок занят**, он забывает про **капризы и упрямства**. Вместе можно собирать кубики, строить из них дом;

- взрослым следует поощрять самостоятельность **ребенка**, нужно почаще предлагать ему самому сделать что-то: убрать все игрушки или построить *«гараж»* и поставить туда весь свой транспорт. Самое главное, взрослому вместе с **ребенком** необходимо радоваться тому, что он сделал сам, чтобы не угас детский интерес к своей деятельности. Всячески нужно поддерживать в **капризном ребенке убежденность**, что ему очень везет, когда, допустим, ему разрешили самому поставить на стол чашки, полить цветочки, или сделать что-то еще;

- взрослым не следует кричать на **ребенка в момент его капризов**. Необходимо себя сдерживать и спокойно объяснить свое решение;

- взрослым не нужно просто говорить **ребенку** *«нет»*. Иногда бывает недостаточно объяснить, почему Вы не разрешаете малышу что-либо. Простой пример: **ребенок** просит какую-нибудь игрушку в магазине, а **родители просто говорят** *«нет»*. **Ребенок** начинает плакать или требовать, но получает от **родителей раздраженный отказ**. **Родителям** нужно объяснить почему они отказывают. **Ребенок гораздо умнее**, чем думают о нем его **родители**, и он вправе знать, почему ему не могут купить эту игрушку.

Памятка **родителям**

1. Для того чтобы упокоить **ребенка**, вам необходимо отвлечь его внимание. Это сделать не очень просто, так как в порыве **капризов ребенок** не поддается никаким уговорам. И чтобы малыш не понял, что его стараются обмануть, вам нужно попробовать *«сыграть»* в отвлечение. Необходимо сделайте вид, что вы чем-то заинтересованы, например монеткой в кармане. Возьмите на прогулку *«неожиданные вещички-пустячки»*, шарик или колечко.

Вот пример: когда **ребенок** без видимой причины начинает проявлять свои **капризы**, вам нужно сделать вид, что вы внимательно рассматриваете монетку, которую достали из кармана. Заинтересованно рассуждайте сами с собой: *«Какая интересная монетка»*, и **ребенка** это уже начинает привлекать и интересовать.

2. Используйте только положительные просьбы. Необходимо попросить **ребенка** подойти к вам поближе, а не требовать от него перестать кричать.

3. Один из эффективных способов остановить истерику — сделать пятиминутную паузу. Посадите **ребенка на стул**, позаботьтесь о том, чтобы в поле зрения не оказалось ничего, что может заинтересовать **ребенка**. Если он откажется сидеть, отведите его в комнату и закройте дверь, при этом нужно убедиться, что он не сможет причинить себе вреда. Наедине малыш с большей вероятностью **справится** со своей истерикой сам.

4. Если **ребенок капризничает и постоянно ноет**, нежно сказать ему: «Когда ты хнычешь, я не понимаю ни одного твоего слова из того, что ты хочешь мне сказать. Давай поговорим позже, когда ты успокоишься». После того как **ребенок успокоится**, обязательно похвалите, выразите свое удовлетворение по этому поводу: *«Теперь мы сможем поговорить тихо и спокойно»*.

5. Отмечайте и хвалите все поступки **ребенка**, которые заслуживают вашего одобрения, все случаи проявления положительных черт характера. **Ваш ребенок поймет**, что за это его ценят намного выше, чем за бесконечное нытье и **капризы**.

6. Когда **ребенок** начинает плакать или ныть по какому-либо поводу, выражать свое недовольство вам, не обращайте внимания, пытайтесь игнорировать. Если вы понимаете, что уже не можете противостоять его желаниям, просто уйдите в другую комнату. Поняв, что вы лишили его своего общества, **ребенок успокоится**.

7. Если **ребенок** устраивает сцену на улице, не нужно стыдить его и не наказывать. Это жестокость в чистом виде. Особую обиду у **ребенка вызывает не шлепок**, а раздраженность **родителей**, которую он ощущает. Это для маленького человечка самое горькое и обидное.

8. В том числе, очень важно, чтобы все члены семьи боролись с детскими **капризами одинаково**. В ином случае **ребенок** очень быстро вас раскусит в том, 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.