**Памятка**

**Подготовила Рябова О В**

**«Капризы и упрямство детей - дошкольников их причины проявление»**

Прежде чем приступить к рассмотрению темы "Капризы, упрямство и способы их преодоления", необходимо определить область этой темы, т.е. поставить её в определённые рамки. Капризы и упрямство рассматриваются как составляющие отклоняющегося поведения, наряду с проблемами:

* Непослушанием, выражающемся в непослушании и озорстве
* Детским негативизмом, т.е. непринятием чего-либо без определённых причин.
* Своеволием
* Недисциплинированностью

Все выше перечисленные формы отклоняющегося поведения различаются лишь по степени социальной опасности, а также зависят от возрастных и индивидуальных особенностей личности ребёнка.

Понятия "капризы и упрямство" очень родственные и чёткой границы провести между ними нельзя. И способы преодоления капризов и упрямства одинаковы, но об этом позже.

УПРЯМСТВО – это психологическое состояние, очень близкое к негативизму. Это отрицательная особенность поведения человека, выражающаяся в необоснованном и нерациональном противодействии просьбам, советам, требованиям других людей. Вид упорного непослушания, для которого нет видимых мотивов.

Проявления упрямства:

в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.

выступает как психологическая защита и имеет избирательный характер, т.е. ребёнок понял, что совершил ошибку, но не хочет в это признаваться, и поэтому " стоит на своём".

Упрямство может стать чертой характера, если не принять меры к его преодолению. С течением времени оно порождает детскую лживость, может привести к расстройству нервной системы, неврозам, раздражительности.

КАПРИЗЫ - это действия, которые лишены разумного основания, т.е. " Я так хочу и всё!!!". Они вызываются слабостью ребёнка и в определённой степени тоже выступают как форма самозащиты.

Проявления капризов:

* в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.
* в недовольстве, раздражительности, плаче.
* в двигательном перевозбуждении.

Развитию капризов способствует неокрепшая нервная система.

Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:

Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5- 4 годам.

Пик упрямства приходится на 2,5- 3 года жизни.

Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

**Что могут сделать родители для преодоления упрямства и капризности у детей:**

* Не предавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.
* Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его  понимаете.
* Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.
* Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.
* Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.
* Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.
* Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.

 В  каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, когда можно и нужно хвалить:

1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:

* достигнуто не своим трудом.
* не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).
* из жалости или желания понравиться.

2. НАДО ХВАЛИТЬ:

* за поступок, за свершившееся действие.
* начинать сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения.
* очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.
* уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого). О наказаниях необходимо остановиться более подробно.

 3. НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ КОГДА:

* ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.
* когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.
* во всех случаях, когда что-то не получается (пример:  когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки).
* после физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват).
* когда вы сами не в себе.

 ПРАВИЛА НАКАЗАНИЯ:

1. наказание не должно вредить здоровью.
2. если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том что совершённое действие вообще достойно наказания, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя.
3. за 1 проступок – одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).
4. лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
5. надо наказывать и вскоре прощать.
6. если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан.
7. ребёнок не должен бояться наказания.

Если дети по достижению 4 лет всё ещё продолжают часто упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего речь идёт о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.