

Консультация психолога

Капризы, упрямство и способы их преодоления

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

Упрямство проявляется:

- в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы; либо наоборот: категорический отказ делать что-то очевидно полезное.
- как психологическая защита и имеет избирательный характер, т.е. ребёнок понял, что совершил ошибку, но не хочет в этом признаваться, и поэтому "стоит на своём".

Упрямство может стать чертой характера, если не принять меры к его преодолению. С течением времени оно 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, усталостью ребёнка и в определённой степени тоже выступают как форма самозащиты.

Капризы проявляются:

- 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. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная.

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

Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых детей – до 15-20 раз!

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.

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

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.
- 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", не меняйте своего решения.
- 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.
- Попробуйте отвлечь: "Ой, что это там? "
- Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление "сломить силой авторитета".
- Побольше обнимайте своего ребенка, возитесь с ним, боритесь, кидайтесь подушками, прижимайте к себе – возможно, ему очень этого не хватает.
- Побольше двигательной активности, свежего воздуха после сада и тихие игры, чтение и рассказывание сказок на ночь.

Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь пойдёт о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, когда можно и нужно хвалить:

1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ:

- за то, что достигнуто не своим трудом.
- из жалости или желания понравиться.

2. НАДО ХВАЛИТЬ:

- за поступок, за совершившееся 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, совете, как у взрослого).

НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ:

- если 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 ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался.
- когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны.
- когда вы сами не в себе.

7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:

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

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём семейном воспитании очень сложно, но каждый родитель может выбрать то, что подходит именно ему.