

Что нужно знать о детском упрямстве и капризах

Подготовила:
педагог-психолог Киселёва Ж.Ю.

Капризы и упрямство являются следствием трудностей социализации. Под социализацией понимается то, как ребенок овладевает определенными способами поведения, усваивает установленные нормы, взаимодействует с окружающими.

Психологический словарь под редакцией А.Л. Венгера дает развернутое определение данным понятиям:

Капризы детские – особенность поведения ребенка, выражающаяся в нецелесообразных и неразумных действиях и поступках, в необоснованном противодействии окружающим, сопротивлении их советам и требованиям, в стремлении настоять на своем, иногда небезопасном или абсурдном требовании. Внешними проявлениями капризов детских чаще всего выступают плач и двигательное возбуждение, принимающие в тяжелых случаях форму "истерики".

Упрямство – особенность поведения, в устойчивых формах – черта характера; выступает как дефект сферы волевой индивида, выражаемый в стремлении непременно поступать по-своему, вопреки разумным доводам, просьбам, советам или указаниям других людей. Поведение, характерное активным отвержением индивидом требований других людей, обращенных к нему. При этом поведение переходит из предметного плана в межличностный и получает поддержку от мотивов самоутверждения. Может вызываться чувствами обиды, злобы, гнева, мести... У детей появление упрямства может быть формой протеста, выражающей недовольство необоснованным подавлением развивающейся самостоятельности.

Период упрямства и капризности начинается примерно с полутора лет. Как правило, эта фаза заканчивается к 3, 5 - 4 годам. Случайные присту-

пы упрямства в более старшем возрасте тоже возможны. 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 19 раз!

Причины появления капризов:

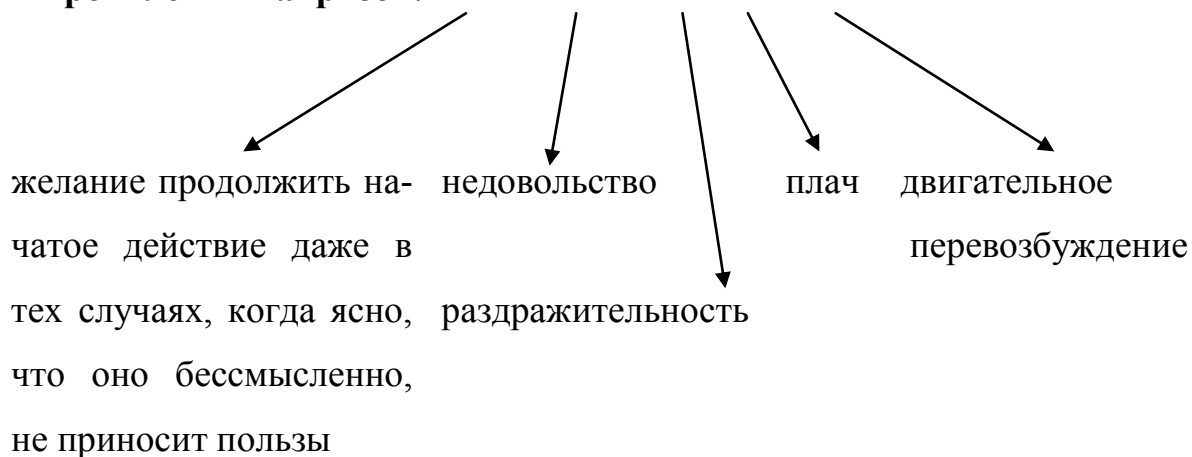
1. ***Особенности психического развития ребенка:*** в своем развитии ребенок проходит определенные стадии, так называемые возрасты капризов, связанные с естественным стремлением к самоутверждению и независимости. В норме естественным (хотя и необязательным) является учащение капризов в периоды возрастных кризисов, когда ребенок особенно чувствителен к воздействиям взрослых и их оценкам, трудно переносит запреты на осуществление своих замыслов.
2. ***Смена обстановки.*** Например, когда у ребенка появляются младшие брат или сестра, малыш чувствует, что перестал быть единственным, и любовь родителей распространяется на кого-то еще. Единственный приемлемый для ребенка способ преодолеть ощущение одиночества — бурный протест, выражающийся в ярких вспышках гнева, злости и агрессии. Недостаток родительской любви — пожалуй, главная причина бесконечных и беспричинных капризов и непослушания.
3. ***Различие природных темпераментов ребенка и взрослых.*** Часто родители предъявляют к своему ребенку требования, выполнить которые он не может именно в силу своих врожденных психологических особенностей. Даже самый спокойный флегматик начнет капризничать, если вы попытаетесь разговаривать с ним на языке холерика или сангвиника.
4. ***Признак или следствие физического недомогания.*** Ребенок может капризничать, если его что-то беспокоит, он болен, но сам этого не понимает. Ведь дети не могут чувствовать так, как чувствуют взрослые, что происходит в организме.

Капризы могут быть и на этапе выздоровления ребенка. Когда он уже хочет принимать активное участие в подвижных играх, а ему еще нельзя, необходимо продолжать лечение. Он этого не осознает и начинает капризничать.

5. Могут возникнуть капризы и *от переутомления, и от перенапряжения, и от перенасыщения впечатлениями*. Детский ум и воображение нельзя нагружать множеством развлечений. Даже самые приятные впечатления, но в большом количестве, не приносят ребенку тех удовольствий, на которые рассчитывают взрослые, желая доставить ребенку приятное.
6. *Недостаток внимания со стороны взрослых или гиперопека*. Ребенок хочет привлечь к себе внимание. Он выбрал такой способ пообщаться с вами, потому что ему не хватает вашего общества, любви. Особенно часто капризы по этой причине встречаются у тех детей, которые окружены излишней заботой и вниманием. Этим малыши начинают злоупотреблять уже на бессознательном уровне.
7. *Реакция на родительский запрет*. Капризничая, ребенок хочет добиться чего-то желаемого: подарка, разрешения гулять или еще чего-то, что родители запрещают из каких-то непонятных малышу побуждений. Подобная реакция может возникнуть, если запрет касается свободы ребенка. Подумайте, сколько раз за день он слышит: «Не бегай, не вертись, не ползай, не шали!»
8. *Самоутверждение*. Ребенок выражает протест против чрезмерной опеки и демонстрирует желание быть самостоятельным. Он должен чувствовать, что его не только опекают и окружают заботой, но и дают право самостоятельного выбора, понимают и уважают его.
9. *Заласкивание ребенка*, потакание всем его прихотям при полном отсутствии разумных требований к нему (так называемые "капризы баловня").
10. Безразличное (мало эмоциональное) или неотчетливо выражаемое отношение к позитивным и негативным образцам поведения и действиям ре-

бенка, отсутствие четкой системы поощрения и наказания ("капризы безнадзорного").

Проявления капризов:



Капризы могут носить случайный, эпизодический характер (например при эмоциональном перенапряжении или физическом недомогании, как реакция раздражения на препятствие, запрет). Вместе с тем, капризы часто принимают вид стойкого и привычного поведения в общении с окружающими (особенно близкими взрослыми) как средство достижения своих желаний и могут в дальнейшем стать укоренившейся чертой характера.

Преодоление капризности в поведении ребенка требует четкого определения причины, вызвавшей ее, и изменения стиля общения с ребенком.

Прежде всего взрослым нужно изменить свое обычное поведение, постараться вырваться из зависимости от капризов ребенка. Позиция родителей должна стать более твердой. Малыш, хотя и с опозданием, усвоит, что нельзя — это нельзя, а надо — это надо, что отказ от чего-то совсем не означает, что ему тут же предложат что-то взамен.

Как вести себя взрослым для преодоления капризов.

- Не говорите при ребенке, что он капризен.
- Ребенку будет интереснее и легче выполнять то, что от него требуют в процессе игры. К примеру, если вы предложите вашему малышу есть или одеваться наперегонки с вами, то ваш малыш станет быстро и с большим

желанием есть, одеваться или умываться. Можно также предложить ему, чтобы он сам показал любимой кукле или мишке, как нужно быстро и хорошо умываться.

- Положителен также пример использования метода «естественных наказаний». Например, при долгом сидении за столом и отказе принимать пищу ребенком, вы предупреждаете его о том, что через 30 минут после звонка будильника, вы все убираете со стола, и он ничего больше до ужина не получит. Не страшно, если раз поголодав, он сделает для себя выводы на будущее.
- 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.
- Чаще ставьте себя на место ребенка и смотрите на мир «его глазами».
- 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.
- Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление «сломать силой авторитета». Спокойный тон общения, без раздражительности.
- Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.

- Хвалите ребенка за поступок, за свершившееся действие. Начинайте сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения. Очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.
- Научитесь хвалить, не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого). О наказаниях необходимо остановиться более подробно.
- Эффективный способ остановить истерику — пятиминутный тайм-аут. Посадите ребенка на стул, стоящий около стены, позаботьтесь о том, чтобы в поле зрения не оказалось ничего интересного. Если он не захочет сидеть, отведите его в комнату и закройте дверь, убедившись при этом, что он не сможет причинить себе вреда. Оставшись наедине с собой, малыш с большой вероятностью справится с истерикой.
- Еще один способ успокоить кричащего ребенка — присоединиться к нему. Начните плакать вместе с малышом и постепенно меняйте тональность, переходя от крика и рева, к хныканью и шмыганью носом. Эффект от подобного «хорового пения» основан на склонности детей к подражанию. Неосознанно имитируя вас, малыш успокоится.
- Многие дети имеют скверную привычку биться головой о стенку или пол, пытаясь таким способом заставить взрослых выполнить их желание. Подобное поведение — притворство или провокация, а потому не стоит обращать на него внимания. Даже у самого маленького ребенка в достаточной степени развит инстинкт самосохранения, так что такими действиями малыш не причинит себе вреда. Лучший способ отучить от этой привычки — игнорировать.
- Если каприз ребенка выражается в нытье, скажите ему: «Когда ты ноешь и хнычешь, я не понимаю ни слова из того, что ты хочешь мне сообщить. Давай поговорим позже, когда ты успокоишься». Как только это произойдет, обязательно похвалите, выразите свое удовлетворение по этому поводу: «Ну, вот, наконец-то мы можем поговорить спокойно».
- Очень важно, чтобы все члены семьи научились бороться с детскими капризами. В противном случае ребенок очень быстро поймет, 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.

Основные пути предупреждения капризов:

1. рациональная организация жизни и всей системы воспитания в семье;
2. соблюдение режима дня и достаточное распределение внимания потребностям ребенка, но не чрезмерное;
3. последовательность поведения взрослых – за первоначальным отказом – не должна следовать уступка;
4. спокойное игнорирование капризов, когда очевидно, что желания ребенка выходят за рамки дозволенного, разумного;
5. проявление к детям достаточного внимания, любви, признания, так как капризы иногда носят демонстративный характер и имеют цель привлечь внимание взрослых;
6. наполнение жизни ребенка познавательным интересным содержанием.

Упрямство чаще возникает у самолюбивых, обладающих повышенным чувством собственного достоинства, активных и энергичных от природы детей. И у детей избалованных, привыкших к чрезмерному вниманию, излишним уговорам.

Крайняя степень упрямства – **негативизм**, выражается в бессмысленном сопротивлении ребенка любым требованиям взрослых. Негативизм всегда носит осознанный, избирательный характер и чаще проявляется, с одной стороны, тогда, когда родители стараются уговорить ребенка, теряются перед непослушанием, с другой, когда взрослые без конца уговаривают ребенка, все ему запрещают, покрикивают на него. В этом случае упрямство является как бы защитной реакцией против потока воспитательных мер.

Бывает, что упрямство обусловлено особенностями билатеральной регуляции (особенностями соотношения правого и левого полушария головного мозга). Здесь речь идет о некотором доминировании правого полушария, при кото-

ром ведущей оказывается левая рука. У таких детей в 2 года более бурно протекает возрастной период самоутверждения.

В другом варианте упрямство проявляется беспричинным негативизмом, сочетающимся с агрессивностью. Ребенок не отдает себе отчета в таком поведении, не испытывает чувства вины, уговорить его удастся с трудом и лишь на короткое время. Это **психопатическая форма упрямства** и здесь уже требуется психиатрическое вмешательство.

Чаще всего наблюдается **невротическая форма упрямства**, определяемая как «дух противоречия». В отличие от психопатического, оно сопровождается чувством вины и переживаниями по поводу своего поведения, но несмотря на это оно возникает вновь и вновь, так как носит непроизвольный, болезненный характер, являясь одним из выражений общего функционального расстройства высшей нервной деятельности, возникающего под воздействием длительно действующего и неразрешимого для ребенка эмоционального стресса.

Причины упрямства.

1. Основная и главная причина упрямства— это взаимоотношения между родителями и детьми.
2. Нежеланный ребенок (хотели девочку, родился мальчик).
3. Конфликты между родителями.
4. Требования беспрекословного послушания.
5. Перестановка или инверсия семейных ролей (бабушка - мама, мама – папа, папа устраняется от воспитания или его нет вообще).

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, то есть ребенок понял, что совершил ошибку, но не хочет в это признаваться, и поэтому «стоит на своём».

Виды проявления упрямства:

1. Пассивный протест (обида, молчание) и активный протест (возмущение) против ущемления чувства собственного достоинства и жизненно важных потребностей;
2. Настойчивое желание выразить свое собственное мнение;
3. Нервное переутомление с возбудимостью или заторможенностью и неспособностью своевременно отвечать на требования взрослых;
4. Фазовые состояния мозга при неврозах;
5. Уклонение от необходимости принять решение или игнорирование просьб взрослых с эгоцентрической фиксацией на своих интересах и агрессивно-негативная (психопатическая) трактовка происходящих событий и отношений других людей.

Пути преодоления упрямства.

1. Увлечь интересным заданием, игрой, всем тем, что создало бы условия для адекватной возрасту реализации возможностей, потребностей и интересов и послужило бы поводом для своевременного одобрения и похвалы;
2. Представить себя на месте ребенка;
3. Сопоставить поведение ребенка дома и в детском саду;
4. Чаще играть с детьми;
5. Общаться «лицом к лицу»;
6. Проигрывать конфликтные ситуации в иносказательной форме с переменной ролей по возрасту.

В целом же, для искоренения упрямства необходимо осознанное изменение поведения самих взрослых, так как корни этого явления лежат не в ребенке, а в родителях. Искать источник упрямства только в ребенке бесполезно.

Сравнительная характеристика упрямых и капризных детей

Упрямец	Капризуля
Любимое выражение: «Я хочу!» Для	Любимые слова «Я не хочу!» Он

<p>«упрямца» самое главное — не уступить, настоять на своем. У упрямого ребенка всегда есть мнение, цель, которые он может противопоставить желанию родителей.</p>	<p>предпочитает последовательно отказываться от всего, что ему предлагают родители. Такие дети почти никогда не предлагают своего варианта.</p>
<p>Если взрослый махнет на него рукой, он будет только рад</p>	<p>Стремится добиться еще большего внимания к себе.</p>
<p>Упрямство ребенка результат требовательности родителей</p>	<p>Капризы ребенка следствие чрезмерной уступчивости близких.</p>
<p>Упрямство легче поддается коррекции. Его неправильное поведение — во многом отражение неправильного поведения взрослых. Изменится позиция взрослых — изменится и позиция ребенка.</p>	<p>Капризы тяжело поддаются коррекции. Изменение поведения взрослых не ведет к исчезновению капризов, а, как правило, наоборот, усиливает их.</p>
<p>Изменений личности у ребенка в большинстве случаев нет.</p>	<p>У капризного ребенка формируются крайне неприятные личностные качества. Такой ребенок безынициативен, прилагать усилия к чему-либо, он не умеет.</p>
<p>Упрямство — это результат «избытка» у ребенка таких качеств, как излишнее самоуважение, самоуверенность, чувство собственного достоинства, мешающих ребенку подчиняться огромному количеству требований и ограничений.</p>	<p>Капризы — недостаток развития личностных качеств.</p>

Источник:

1. «Общаться с ребенком. Как?» Ю.Б. Гиппенрейтер