

## Семинар-практикум «Детские капризы»

*Цели:* ознакомление родителей с причинами возникновения детских капризов, практические рекомендации об эффективных способах общения с ребенком в разных ситуациях.

### ***Что такое детские капризы***

Наверняка каждый человек не единожды был свидетелем детских капризов. Маленький упрямец, не желающий уходить от вожаемой витрины, ревущее в три ручья существо, которое буквально волочет по улице разгневанная или, наоборот, чуть не плачущая мама, – все это только верхушка айсберга. Основной «театр военных действий» – это, конечно же, дом, семья. Очень часто родители, беспомощно разводя руками, признаются, что в детском саду ребенка хвалят, говорят, он тихий, спокойный, все делает, а дома все наоборот.

Капризы – это всегда эмоциональные, бурные реакции злости и возмущения, которые сопровождаются криком и плачем. В состоянии истерики дети топают ногами, подпрыгивают, стучат кулаками, пинают предметы, кусают, царапают «оппонента», швыряют вещи и игрушки, иногда стараются причинить себе боль.

Откуда же берутся капризы и что они означают? Детские капризы – это послания ребенка, послания личности, окружающим ее людям, миру. Не учитывать этого при общении с ребенком, значит игнорировать значительную часть его действительных потребностей.

Для начала немного видоизменим вопрос: «Отчего дети капризничают?». Адресуем его родителям. Легко убедиться, что все ищут и находят причину капризов ребенка во внешних по отношению к нему обстоятельствах. Сам он тут как будто бы ни при чем. Ни при чем оказываются, как это ни странно, даже окружающие ребенка люди и их отношения между собой. Сказанное выше может относиться абсолютно к любому ребенку. А то, что одни дети капризничают практически непрерывно, а другие почти не капризничают, вроде бы к делу и не относится: просто стечение обстоятельств.

Но нас интересуют конкретные причины. Кроме того, всем известны ситуации, когда ребенок особенно капризен в присутствии какого-нибудь одного конкретного человека, и случаи, когда даже очень уставший или больной ребенок проявляет совершенно ангельскую кротость.

Повторимся, детские капризы – это послания. Иногда их текст прозрачен и легко читается внимательной матерью или бабушкой.

### ***Причины детских капризов***

Первой причиной может быть хроническое или только начинающееся соматическое заболевание. Если ребенок испытывает физическую боль, если ему душно, жарко, если его тошнит или бьет озноб, он может быть и не сумеет сказать об этом словами, но будет демонстрировать свой дискомфорт измененным поведением. Оно будет протестное или непоследовательное, эмоционально-противоречивое или заторможенное.

Всегда, когда ребенок начал неожиданно капризничать, следует внимательно проследить за состоянием его здоровья. Если ребенок болен хронически и часто испытывает физический дискомфорт, во избежание развития патологий его характера следует компенсировать это большим (по сравнению с обычным) количеством впечатлений позитивного, развлекательного характера. С таким ребенком надо больше разговаривать, играть, показывать и объяснять доступные его возрасту картинки, книги и фильмы.

Вторая причина детских капризов – нарушение воспитания в семье. Данная причина встречается очень часто. Здесь послание ребенка может быть прочитано так: «Со мной нужно обращаться по-другому!».

Наиболее распространенные типы нарушения воспитания дошкольников: гиперпротективный (разрешительный) и гипопротективный (запретительный). Особо губительно для детской уравновешенности сочетание обоих нарушений (например, родители воспитывают в строгости, а бабушка позволяет абсолютно все).

Гиперпротекция приводит к тому, что ребенок практически не знает слова «нельзя». Любой запрет вызывает у него буйный и продолжительный протест. Настойчивые попытки ввести такого

ребенка «в рамки» приводят к припадкам, напоминающим истерические (синеют губы, дыхание становится прерывистым, движения теряют скоординированность). Зачастую родители пугаются столь грозных проявлений и отказываются от своих попыток уговорить ребенка, чем еще больше усугубляют ситуацию.

Гипопротекция в своей крайней форме ведет к истощению адаптационных резервов. Ребенок, которому все запрещают, сначала пытается соблюсти все запреты и угодить родителям, но вскоре начинает чувствовать, что «так жить нельзя». И тогда, пусть с другой стороны, но мы приходим все к тому же протестному, капризному поведению, которое еще больше раздражает родителей. Они запрещают ребенку капризничать, он протестует против запрещения протеста – и этот замкнутый круг повторяется годами.

Нарушением может быть и различная воспитательная ориентация членов семьи. Например, гиперпротективная мама и гипопротективный папа.

Третья причина капризов – внутрисемейная дисгармония.

В этом случае при анализе ситуации ни гипо-, ни гиперпротекции выявить не удастся, ребенка вроде бы воспитывают правильно, иногда даже «по науке», но отношения внутри семьи напряжены до крайности. Например, свекровь не ладит с невесткой и всячески стремится доказать ее «никудаышность». Или отношения супругов по той или иной причине разладились и ситуация усугубляется с каждым годом. Здесь капризы-послания ребенка переводятся однозначно: «Я не хочу, чтобы значимые для меня люди ссорились между собой!»

В этом нет никакого врожденного миролюбия и альтруизма со стороны ребенка. Просто та душевная энергия, которая по праву должна была принадлежать ему, тратится взрослыми на выяснение отношений между собой или, наоборот, на сохранение «хорошей мины при плохой игре». Ребенок этим естественно недоволен. И также естественно демонстрирует свое недовольство окружающим. Именно такие дети часто (и на первый взгляд необъяснимо) перестают капризничать, когда свекровь уезжает на дачу («Да она же к нему почти и не подходила!») или когда отец отправляется в длительную командировку («Он же любит папу, я знаю, он всегда по нему скучает!»). В действительности дети в этом случае реагируют не на отсутствие члена семьи, а на приостановку явных или скрытых «военных действий».

Иногда за капризы принимают другие возрастные проявления ребенка.

Например, вполне закономерное исследование реакций родителей, которое ребенок предпринимает обычно на третьем году жизни: «Нельзя сюда ходить? А я пойду. И что она сделает? Кричит, – а я опять пойду, и что тогда будет? Ага, тащит. А я вырвусь и опять пойду...». И так по многу раз, по самым разным поводам, утомляя. Но это не капризы, это – исследования. И если вы будете достаточно тверды и последовательны, то довольно быстро (у разных детей на эти исследования уходит от нескольких месяцев до двух лет) ребенок освоится со всем многообразием ваших реакций и будет достаточно четко представлять, что можно, а что нельзя себе позволить в общении с близкими.

Проявиться может и классическое «Я сам!»: еще не умеет чисто есть, но тянется к ложке; пытается сам завязать шнурки, – потом вся семья полчаса распутывает; упорно надевает штаны задом наперед и так порывается идти в садик, а при попытке исправить ситуацию – злится, кричит – это тоже не капризы. В подобных случаях имеет смысл сначала похвалить ребенка за стремление к самостоятельности и отметить его очевидные достижения, а потом сообщить, что для завершения ситуации необходимо сделать еще то-то и то-то. Как правило, дети в этом возрасте требуют именно признания их попыток, ибо о какой-то реальной автономии от взрослых говорить еще рано, и они прекрасно это понимают.

Успокоить ребенка можно, отвлекая внимание. Это искусство вроде бы простое, но всегда ли мы умеем его использовать? Постоянно приходится видеть, как мамы, бабушки отвлекают плачущего малыша чересчур прямолинейно, а потому и бесполезно: «Вон смотри, какой мальчик...», «А вот собачка бежит...». Малыш отлично понимает, что его специально пытаются отвлечь, обмануть, и только сильнее сопротивляется. В отвлечение надо «сыграть». И начинать только с себя, – ребенок тут должен быть как бы ни при чем. Вы вроде бы заинтересовались сами чем-то неожиданным, а вовсе не привлекаете его внимание. И хорошо, чтобы это неожиданное было действительно новым для него, пустячком, но новым. Взять на прогулку «неожиданные пустячки», чтобы чем-то отвлечь внимание. На практике это может выглядеть следующим

образом. Начинаются плач и капризы без видимой причины, – делаем вид, что поглощенно рассматриваю извлеченный из кармана предмет. Рассматриваю и удивленно рассуждаю: «Интересное колечко. Точно помню, когда выходили из дома, камешек на нем был синий, а теперь он красный. Может, он в темноте изменил цвет? Ну-ка, ты, Наташа, положи в карман – каким он станет?». Чего надо избегать в таких случаях, от каких плохих примеров хотелось бы предостеречь других.

→ Не стыдить ребенка за плач, не выговаривать ему, что «он большой и как ему не стыдно». Стыдя, не успокаиваем, а добавляем боли. Ему и так плохо, а вы сообщаете, что на него все смотрят. Сочувствие или отвлечение – вот что нужно.

→ Не грозить за плач наказанием и не наказывать за это. Это жестокость в чистом виде. Особую боль ребенку доставляет не шлепок, а враждебность близких. Это для маленького ребенка самое горькое. Замечали, как после шлепка плач становится более отчаянным? Реакция не на удар, а на враждебность. Думается, во многих случаях это происходит потому, что родители на публике стыдятся плачущего ребенка. Но стоит понять, что зачастую люди, которые слышат и видят вашего плачущего ребенка, не возмущены его поведением, а сочувствуют малышу, а если кто и станет возмущаться, пытаясь помочь угрозами («Я тебя заберу»), с чистой совестью игнорируйте их.

Когда истерика разражается, попытайтесь не обращать внимания и помогите ребенку преодолеть ее. Разумеется, нельзя уступать, – тогда ребенок нарочно будет устраивать истерики, желая добиться своего. Не спорьте с ним, потому что в таком состоянии он не поймет, что был не прав. Иной ребенок скорее «остывает», если мать оставляет его одного и занимается своим делом как ни в чем не бывало. Более упрямый будет реветь целый час, пока мама сама не сделает шаг навстречу. Например, она может предложить ему что-нибудь интересное и обнять, чтобы показать желание помириться, как только худшая часть истерики осталась позади.

Если истерика происходит в людном месте – возьмите ребенка за руку и отведите в более тихое место, где вы оба сможете немного успокоиться. Истерики пугают мать, но она должна научиться относиться к ним спокойно, чтобы ребенок не использовал их с целью манипуляции.

Самое главное оружие в борьбе с капризом – спокойствие и терпение. Постарайтесь не относиться к капризам ребенка как к очередной попытке помучить вас.

И в строгих, и в демократических семьях дети достаточно легко приспосабливаются к существующим правилам, если эти правила едины и поддерживаются всеми членами семьи.

Как бы ни менялись у вас настроение и обстоятельства, но, если уж вы что-то запретили маленькому ребенку, то пусть это будет «нельзя». Если позволили, то до конца вытерпите все последствия. Если вы сказали при выходе на прогулку, что сегодня ничего не будете покупать, то придерживайтесь этой позиции. Ваши уступки – это тоже послание. От вас к ребенку. И текст этого послания таков: «Иногда, при каких-то (не совсем ясных) обстоятельствах капризами от меня можно добиться того, чего ты хочешь». Получив такое послание, ребенок неизбежно будет совершать попытки, а упорства ему не занимать.

### **Практические рекомендации «Что делать, когда ребенок капризничает?»**

Самое главное оружие в борьбе с капризом – это спокойствие и терпение.

→ Попробуйте как можно точнее прочитать и проанализировать послание ребенка, которое заложено в его сиюминутной или долгоиграющей капризности.

→ Прочитав послание, внятно сообщите ребенку, как именно вы его поняли и что собираетесь предпринять по этому поводу.

→ Учите ребенка выражать свои чувства словами, а не капризами.

→ Для профилактики детских капризов и борьбы с уже развившейся эмоциональной неустойчивостью большое значение имеет единая воспитательная позиция всех членов семьи, принимающих участие в воспитании ребенка.

→ Крайне необходима последовательность в утверждениях и требованиях, предъявляемых ребенку одним и тем же членом семьи.