

Газета любознательных родителей на тему «Капризы и упрямство»



«Дети рождаются, чтобы радостно жить, чтобы вместе играть, чтобы крепко дружить, чтоб улыбки друг другу дарить и цветы, чтобы исполнились все наши мечты...»

А всегда ли так бывает, не омрачает ли жизнь капризами и упрямством — это во многом зависит от нас, взрослых?! Как помочь ребенку избавиться от этих черт характера? Мы постараемся разобраться в причинах появления и особенностях этих столь неприятных нарушений поведения ребенка.

Капризы и упрямство рассматриваются как составляющие отклоняющегося поведения, наряду с:

- непослушанием, выражающемся в непослушании и озорстве.
- детским негативизмом, то есть неприятием чего-либо без определенных причин.
- своеволием.
- недисциплинированностью.

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

Понятия «каприз» и «упрямство» очень родственные и четкой границы между ними провести нельзя. И способы преодоления капризов и упрямства одинаковы.

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, то есть ребенок понял, что совершил ошибку, но не хочет в этом признаваться, и поэтому "стоит на своем".

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. Если такие проявления, еще в дошкольном возрасте, из реактивных состояний переходят в хронические, то возникает начальная стадия педагогической запущенности.

О капризах мы не будем много говорить, так как вся информация во многом пересекается с вышесказанным.



КАПРИЗЫ - это действия, которые лишены разумного основания, то есть «Я так хочу и всё!!!». Они вызываются слабостью ребенка и в определенной степени 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:

1. Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.
2. Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5 - 4 годам. Случайные приступы.
3. Упрямство в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная.
4. Пик упрямства приходится на 2,5 - 3 года жизни.
5. Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.
6. Девочки капризничают чаще, чем мальчики.
7. В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых детей - до 19 раз!
8. Если дети по достижению 4 лет все еще продолжают часто упрямятся и капризничать, то, вероятнее всего речь идет о «фиксированном упрямстве», истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.



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

1. Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.

2. Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

3. Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его возбуждают.

4. Будьте в поведении с ребенком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.

5. Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести.

6. Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!». Ребенку только этого и нужно.

7. Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!». Подобные отвлекающие маневры заинтересуют капризулю и он успокоится.

8. Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление «сломать силой авторитета».

9. Спокойный тон общения, без раздражительности.

10. Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.



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

НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:

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

НАДО ХВАЛИТЬ:

- за поступок, за свершившееся действие,
- начинать сотрудничать с ребенком всегда с похвалы, одобрения,
 - очень важно похвалить ребенка 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.

НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ:

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



Упрямство у детей младшего школьного возраста

Упрямство у детей 7 лет связано с успешностью адаптации к новому образу жизни, началом школьного обучения. В это время нужно уделить особое внимание нагрузке на нервную систему, связанную с усвоением новой информации, требованиями к дисциплине. Она может превышать пределы приспособляемости, истощая ресурсы мозга маленького человека, что в итоге вызовет неадекватную реакцию между силой раздражителей и ответом на них.

Упрямство детей 8 лет несколько усиливается, однако, успешно трансформируется в положительные волевые качества, нужно лишь направить энергию на достижение учебных и воспитательных целей. Заложив основы дисциплины, нужно стремиться заинтересовать детей новыми задачами. Они должны действовать не по принуждению, а благодаря собственной мотивации. После преодоления периода «втягивания» в учёбу, достигнутые результаты закрепляются, и при необходимости корректируются в последующие годы.

Правила воспитания упрямых детей.

Стремиться предоставлять ребёнку возможности для самоутверждения, чаще интересоваться его мнением.

Глубже понимать внутренний мир ребёнка.

Корректировать мотивацию на основе результатов поведения.

Не акцентировать внимание на проявлениях упрямого поведения.

Не потакать капризам, но и не подавлять в жёстком авторитарном стиле.

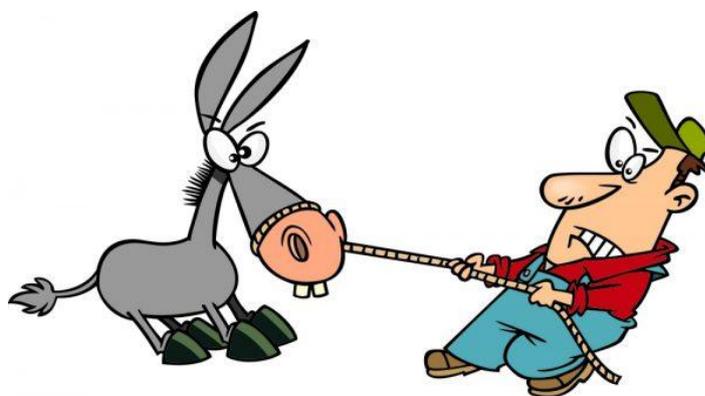
При подвижном типе темперамента бесполезно пытаться замедлять действия детей, а при инертном — подгонять.

Это может спровоцировать противодействие.

Поощрять при положительных изменениях в поведении.

Не придирайтесь к мелочам.

Нежелание выполнять обязанности преодолевать в игровой форме, превращая скучный процесс в нечто увлекательное.



Не употреблять негативную лексику, по возможности заменять слова обозначающие отрицательные качества на положительные аналоги.

При наказании объяснять ребёнку, за что он наказан, иначе он почувствует несправедливость, и эффект резко снизится.

Применять игры, требующих развития нравственных и дисциплинирующих качеств.

Чаще показывать свою любовь.

Быть примером в поведении.

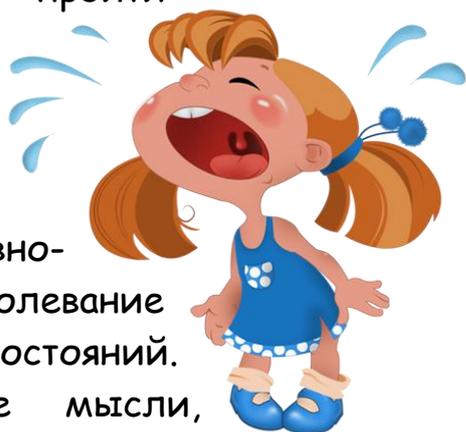
Упрямство подростков

В период полового созревания задатки к упрямству необходимо трансформировать в рациональные психические установки. Понимание границы между упрямством и настойчивостью должно воспитываться в процессе общения с авторитетами, знакомства с примерами нерационального поведения, основанного на упрямстве из литературы. Например, герой романа «Упрямец Керабан» Жюль Верна, который объехал вокруг Чёрного моря, всего лишь потому, что не хотел платить пошлину за переход через Босфор, «Повесть о том, как поссорился Иван Иванович с Иваном Никифоровичем» Гоголя, где герои соглашались на лишения для себя, с целью навредить друг другу.

Упрямство у взрослых

Упрямые взрослые при осознании собственного упрямства склонны пытаться объяснить поведение рациональными причинами. В основе упрямства иногда лежит базовая мотивация — стремление доминировать. Упрямый индивид игнорирует обращения к нему окружающих, желая сделать всё так, как хочется. Одна из предпосылок — фрустрация, невозможность достижения жизненных целей. Упрямым людям стоит попробовать пройти тренинги, развивающие гибкость мышления, умение взглянуть на ситуацию по-новому или обратиться к психологу.

Важно знать, что упрямство у взрослых и подростков может быть симптомом обсессивно-компульсивного расстройства. Это заболевание называют также неврозом навязчивых состояний. Человека могут преследовать навязчивые мысли, непреодолимые желания совершать бессмысленные



«ритуалы», чувство тревоги, мнительность. Чтобы избавиться от этого расстройства, нужна работа с психиатром. Некоторые учёные связывают его с повышенным уровнем гормона стресса — кортизола. Способом снизить от него могут стать успокаивающие упражнения: аутотренинг, медитация, йога, тай-чи.

7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ

1. Наказание не должно вредить здоровью.
2. Если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: Вы не уверены, что проступок совершил именно Ваш ребенок, или Вы сомневаетесь в том, что совершенное действие вообще достойно наказания, т.е. наказывать «на всякий случай» нельзя).
3. За 1 проступок - 1 наказание (нельзя припоминать старые грехи).
4. Лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
5. Надо наказывать и вскоре прощать.
6. Если ребенок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан.
7. Ребенок не должен бояться наказания.

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своем семейном воспитании очень сложно, но вероятно каждый родитель выберет из всего вышеперечисленного недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в вашей семье.

