**О капризах и упрямстве.**

**Наши дети рождаются для радостной и счастливой жизни, а всегда ли так бывает, не омрачается ли жизнь капризами и упрямством – это во многом зависит от нас, от взрослых. Как помочь ребенку избавиться от этих вредных черт характера – об этом и пойдет наш разговор. Что мы понимаем под словом «капризы»? Это когда ребенок знает, что нельзя, но настаивает. Упрямство и капризы у детей – нередкое явление. Иногда встречаются жалобы только на упрямство, иногда – только на капризы, а бывает и то и другое. Они могут чередоваться у одного и того же ребенка в разном возрасте. Чаще всего упрямство в резкой форме появляется в 2-3 года, потом поведение нормализуется. И лишь иногда появляется «2-я волна» упрямства, в среднем дошкольном возрасте около 5 лет. Капризность обычно развивается в 4 года и во многом определяет поведение ребенка в среднем и даже школьном возрасте.**

**И упрямство и капризы – 2 стороны одного и того же нарушения поведения: у детей более сильных это выражается в упрямстве, у слабых в капризах.**

**Капризы могут быть случайными, а бывают и постоянными. Однако они могут превратиться в привычку. Капризный отличается от упрямого не только излюбленными выражениями ( любимые слова упрямых – я хочу…; а капризных – я не хочу, но и тем, что главное для упрямца, не уступить взрослому, настоять на своем, а у капризули желание всегда находиться в состоянии готовности к капризу.**

***Причины капризов и упрямства:***

* **Нарушение режима дня;**
* **Смена обстановки;**
* **Обилие новых впечатлений;**
* **Плохое самочувствие во время болезни;**
* **Переутомление (физическая и умственная перегрузка)**

***Как преодолеть капризы:***

**Все члены семьи должны предъявлять единые требования к ребенку:**

* **Твердость в своей позиции;**
* **Объясняет значение слова «Нельзя»;**
* **Научат ребенка вырабатывать настойчивость в достижении цели;**
* **Разовьют самостоятельность благодаря совместной со взрослыми деятельности.**

**Если ребенок упрямится**

* **Не придавайте большого значения упрямству. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.**
* **Оставайтесь во время приступа упрямства ребенка рядом с ним и дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает.**
* **Не пытайтесь в это время что-нибудь внушать ребенку. Ругать ребенка и говорить что-то в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно возбужден и не сможет вас понять и услышать.**
* **Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «НЕТ», значит «НЕТ». Оставайтесь и дальше при своем мнении.**