**Детские капризы. Причины, пути предупреждения и преодоления**

**Детский сад и детские капризы.**

*Ваш малыш уже посещает детский сад?!*
Да, с радостью скажут многие родители. Мы с нетерпением ждали момента, когда он подрастет и впервые войдет в этот удивительный мир, мир серьезных взаимоотношений, мир познания себя и окружающих, где он приобретет важные навыки, необходимые для его дальнейшей жизни в обществе.
И вот малыш уже в детском саду! Детский сад похож на чудесную сказку: интересные игрушки; много детей, с которыми можно поиграть; воспитатель, каждое утро с нетерпением ждущий здесь вашего малыша.
И вдруг… Внезапно родители сталкиваются с тем, что у любимого чада случаются капризы, а порой даже и истерики - различные по своему происхождению и по особенностям протекания, в том числе, связанные с посещением детского сада. Они в полном недоумении: что же произошло и что им, родителям, теперь делать?
Но прежде, чем отвечать на эти вопросы, важно разобраться в том, что такое «капризы».
**Капризы**(англ. child caprices) — формы поведения, выражающиеся в противодействии и сопротивлении требованиям, советам, указаниям взрослых, в непослушании. Такое значение этого понятие дается в большом психологическом словаре. Детские капризы и истерики довольно распространенное явление у большинства детей дошкольного возраста. Специалисты считают, что истерики часто очень трудно отличить от капризов. Но всё же, если капризы – это намеренное поведение ребёнка для получения желаемого, то истерики – внезапная непроизвольная эмоциональная реакция на определённую ситуацию, как правило, подкрепленная громким плачем, криками, иногда падением на пол, размахиванием руками и ногами, и даже ударами головой. При этом такие истерики, в которых дети пытаются причинить вред себе или другим (например: ударить или укусить), то есть переходят в агрессивное поведение, могут быть признаком более серьезных проблем.
Возможные причины детских капризов весьма разнообразны, и их условно можно разделить на три группы.
**Первая группа причин** носит психофизиологический характер: капризы могут быть обусловлены особенностями темперамента ребёнка, слабостью механизмов саморегуляции его эмоциональной сферы, остротой реагирования на любые раздражающие факторы. Таков, к примеру, меланхолик – ребёнок, обладающий слабой нервной системой и поэтому, слишком ранимый: даже на весьма слабые негативные раздражители он отвечает весьма сильной реакцией, чаще всего – плачем.
**Вторая группа причин** связана, в частности, с некоторыми ошибками в его воспитании и, в целом, со сложностями процесса социализации дошкольника, например: с недостатком внимания со стороны родителей, с противоречивостью выдвигаемых ими требований; со стремлением малыша подражать поведению и эмоциям окружающих, с отсутствием навыков эмоционального самоконтроля. Именно в младшем дошкольном возрасте у ребёнка начинается подсознательный процесс формирования его собственного отношения к миру в целом, к другим людям и к самому себе. Малыш как бы «пробует» социальный мир «на ощупь», выявляя для себя границы дозволенного, постепенно осваивает и применяет практически приемлемые для него самого и одобряемые окружающими стратегии эмоционального поведения. Таким образом, свойственные ребёнку, от его психофизиологической природы, реакции, преобразуясь в опыте его взаимодействия с обществом, могут приобретать ещё более выраженный характер или, наоборот, ослабевать. Например, ребенок может показывать капризы в ответ на негативную реакцию родителей на его нехорошее поведение, при этом копируя их эмоции, интонации, громкость речи и слова.
**Третья группа причин** связана с двумя предыдущими группами, но имеет чисто ситуативный характер: это может быть усталость, физическое недомогание, плохое настроение малыша, стрессовая ситуация. Сюда же можно отнести и те случаи, когда причиной детских капризов становится невозможность сиюминутного удовлетворения желаний малыша, ведь ребёнку пока ещё не всегда понятно, почему необходимо отсрочивать свои желания. Капризы могут быть вызваны и его неумением по другому выразить своё недовольство или несогласие, например, когда у него не получается застегнуть пуговицы на одежде, надеть обувь, или, когда ему не хочется, вопреки требованиям родителей, идти спать.
У некоторых детей капризы могут, проявляются в любое время и в разных ситуациях, и в детском саду в том числе.
К сожалению, капризы малыша в детском саду, и, в частности, именно утренние - явление довольно частое. Наблюдения за детьми показывают, что капризничать при расставании с мамой могут не только дети, впервые пришедшие в детский сад, но и те, которые уже вполне адаптировались и с желанием его посещают. Почему же так происходит?
Одна из основных причин – в их нежелании расставаться со своими родителями, и, конечно, в первую очередь, с любимыми мамами. Ведь именно в маминых объятиях ребенок чувствует себя спокойно и уверенно. Но когда он остаётся в детском саду, ему часто кажется, что он лишён безопасности и чувства защищенности со стороны родителей. Ведь дома всё привычно: есть уже давно устоявшийся жизненный порядок; можно сколь угодно долго заниматься любимыми делами; проводить много времени с мамой, купаясь в её заботе и ласке. А в детском саду жизнь подчинена четкому режиму, есть определенные правила, которые необходимо выполнять. Взаимодействуя со сверстниками, ребёнок вынужден делиться с ними игрушками, учиться договариваться, уметь уступать. То есть, ему нужно приобретать навыки общения со сверстниками, и при этом быть в постоянной боевой готовности к возможным конфликтам и стремиться находить выходы из них. Поэтому очень важно, чтобы родители настроили малыша на позитивное отношение к посещению детского сада. Например, они могут рассказать ему о предстоящем дне, о тех событиях, которые сегодня произойдут в детском саду; сообщить ему о том, в какие игры он сможет поиграть, предложить родному чаду взять с собой свою любимую игрушку. Ну а вечером, забирая малыша, маме с папой важно поинтересоваться тем, как у него прошел день, что на занятиях было интересного и увлекательного.
Утренние капризы так же могут быть связаны и с тем, что ребёнок боится остаться в группе в конце дня один или с его опасениями по поводу того, что родители могут и вовсе не забрать его вечером из детского сада. Поэтому, прощаясь с сыном или дочкой утром, обязательно скажите: « Вечером я за тобой, малыш, обязательно приду».
Родителям также необходимо обратить внимание на то, как ребенок реагирует на процесс расставания с ними в детском саду утром, с кем из них прощание проходит спокойно, а с кем болезненно. Если ребенок при расставании с вами показывает капризы, договоритесь с другими членами семьи, чтобы ребенка в детский сад отводил кто-нибудь из них. Ведь в этом случае капризы, возможно, будут возникать намного реже.
Для ребенка не менее важен и сам ритуал прощания с родителями. Если ребенок привык к установившемуся ритуалу, который включает в себя элементы капризов, как часть расставания, тогда каприз неизбежн. Скорее всего, ребенок добивается большего к себе внимания. Поэтому, прощаясь с ним, не исчезайте внезапно. Продумайте несколько сценариев вашего ухода, которые бы устроили малыша. При этом предоставьте ему свободу выбора наиболее интересного из возможных сценариев. А сами ведите себя с ним уверенно и ровно.
Другая, не менее серьёзная причина возникновения детских капризов - нерегулярность посещения малышами детского сада. Если по разным обстоятельствам (болезнь ребенка, отъезд и др.) он ходит в детский сад с большим перерывом, то процесс адаптации к новой для него жизни прерывается, и малышу необходимо заново принимать новые социальные условия, переживать процесс расставания с мамой как в первые дни.
Ещё одной причиной капризов, связанной с посещением ребёнком детского сада может стать стремление малыша к обладанию понравившимися ему вещами, например, детсадовскими игрушками или игрушками других воспитанников. Стремясь во что бы то ни стало получить полюбившуюся ему вещь, малыш может не только организовать каприз, а даже впасть в непреднамеренную истерику, и попытаться вполне сознательно манипулировать окружающими. С этой ситуацией вполне возможно справиться, если объяснить ребёнку, что чужое можно брать только на время и только с разрешения владельца. При этом серьёзной ошибкой со стороны родителей было бы обещать малышу купить точно такую же игрушку или ещё лучше. И даже если Вы в состоянии выполнить любое его желание, не стоит баловать любимое чадо, превращая его в капризное, не допускающее возражений существо. Ребенок должен знать цену деньгам! В то же время, учите малыша общаться со сверстниками в детском саду, например, предложите ему попросить у другого ребёнка вожделенную игрушку, или обменять её на свою; кроме того, стимулируйте его к тому, чтобы ребёнок сам делился с детьми любимыми игрушками и лакомствами.
Немаловажно отметить, что, зачастую, и мы – взрослые – и сами того не подозревая, провоцируем детские капризы. Частые родительские запреты, проявления нетерпимости к тому, что делает и говорит ребёнок, окрики, грубые слова могут способствовать проявлению негативных эмоциональных реакций у детей. Не менее опасен и встречающийся, порой, негативистский настрой родителей по отношению к содержанию жизни их любимого чада в детском саду, к формам и результатам его обучения и воспитания. Так, например, обсуждая с педагогами вопросы, связанные с посещением ребенком детского сада, делясь своими переживания и тревогами, высказывая им свои опасения, а, порой, и допуская отрицательные замечания в адрес детского сада, мы часто забываем о том, что наш малыш в это время находится с нами рядом. А между тем, дети очень чутко реагируют на эмоциональное состояние родителей, на их отношение ко всему происходящему. Правильнее было бы позитивно отнестись к деятельности дошкольного учреждения, к усилиям педагогов по социализации вашего ребёнка. А ещё лучше - «подружиться» с воспитателями! И тогда, приобретя опытных союзников, вы, обсудив и выяснив в беседе с ними все настораживающие вас моменты и получив у них совет, сможете быстрее найти конструктивное решение любого вопроса. Да и сами, наблюдая за играми своего малыша, его настроением и высказываниями, вы сможете понять, что происходит с вашим ребенком в садике, как он себя чувствует в новой среде, и что его беспокоит.
**Как же справиться с детскими капризами? Используя предложенные « волшебные приемы», часто можно добиться положительных результатов.**
• Определите причину детского каприза или гнева. Если ребенок требует чтобы ему срочно купили понравившеюся игрушку, — это каприз необоснованный. Если малыш самостоятельно надевает колготки, но мама его при этом торопит, а он начинает настаивать: «Я сам!», сопровождая требование криками и слезами— виной всему взрослые.
• Отвлеките его внимание на чем-нибудь, переключите на другую деятельность, интересное занятие, когда каприз только начинается.
• Успокойте ребенка ласковыми и нежными словами.
• Оставьте его на какое-то время одного в покое, не обращать внимания.
• Старайтесь не срываться в ответ на детские капризы.
• Поговорите с малышом о случившемся, когда капризный ребенок утихнет. Важно показать ему, что вас огорчило его поведение, что вы расстроились. И в тоже время, дайте понять ребенку, что вы любите его и убеждены, что он больше не будет так поступать.
По мнению психологов, взрослым необходимо выбрать правильную тактику поведения и придерживаться ее постоянно в любых ситуациях.
Взаимодействуя с ребенком можно просто для себя фиксировать некоторые моменты: как часто ребенок капризничает, как долго это длится, как проявляется, в какое время это чаще происходит, где это случается. Научившись чувствовать состояние ребёнка, Вы, со временем, сможете управлять его настроением и, возможно, предотвращать капризы. Важно также обратить внимание и на то, как часто они возникают и какой характер носят. Если они проявляется постоянно, да еще и с приступами истерии, скорее всего, необходимо обратиться к специалистам.
Если же капризы носят эпизодический характер, а в течение дня в детском саду ваш ребенок чувствует себя хорошо, он активен и любознателен; дома с желанием рассказывает о садике, друзьях и играх — отнеситесь к таким негативным эмоциональным проявлениям спокойно, не теряйте самообладания, не раздражайтесь, проявите терпение и твердую реакцию на его вспышки, тогда он значительно реже будет использовать такой способ для решения своих проблем и удовлетворения своих желаний.
*Подобрав ключик к пока еще хрупкому миру души вашего ребенка, вы сможете понять причины его капризов и истерик и определить пути дальнейшего взаимодействия с ним.*