**Капризный ребенок. Неужели он избалован, или причина в другом?**

**Что такое детские капризы? Откуда они берутся и что означают?**

Наверняка каждый человек, даже никогда не имевший детей, видел, как капризничают маленькие дети. Истошно вопящий малыш в троллейбусе, маленький упрямец, не желающий уходить от вожделенного киоска, ревущее в три ручья существо неопределенного пола, которое буквально волочет по улице разгневанная или, наоборот, сама чуть не плачущая мамаша, - все это только верхушка айсберга. Основным полем детских капризов является, конечно же, дом, семья. Очень часто родители, беспомощно разводя руками, признаются: в яслях его хвалят, говорят - тихий, спокойный, все делает, а дома...

Для начала немножко видоизменим вопрос и поставим его так: отчего дети капризничают? Что обычно говорят взрослые по этому поводу:

- спал днем плохо, вот и капризничает;  
- перегулял, давно уж надо бы спать положить;  
- как что не по-его, так он всегда начинает;  
- слишком много людей, новых впечатлений, вот он и перевозбудился;  
- устал он, конечно, целый день в дороге;  
- заболел, может... лоб-то не горячий?

Легко убедиться, что все ищут и находят причину капризов ребенка во внешних по отношению к нему обстоятельствах. Сам он тут как будто бы и ни при чем. Ни при чем оказываются, как это ни странно, даже окружающие ребенка люди и их отношения между собой. Всем известны и такие 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.

**В чем же здесь загвоздка?**

Ответ очень прост. Детские капризы - это послания ребенка, послания маленькой личности окружающим ее людям, миру. Не учитывать этого при общении с ребенком, значит игнорировать значительную часть его действительных потребностей. Как же читать эти послания?

Иногда их текст прозрачен и легко прочитывается внимательной матерью или бабушкой (см. пример, приведенный выше: капризничает, значит, спать хочет! достаточно такого капризничающего ребенка уложить, и все будет хорошо. Послание прочитано, потребность удовлетворена.) Но далеко не всегда все так просто.

**Почему дети капризничают?**

1. Причиной детской капризности 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 (особенно если речь идет о ребенке до трех лет), но будет демонстрировать испытываемый им дискомфорт в виде изменений поведения. Это будет поведение протестное или непоследовательное, эмоционально противоречивое или заторможенное.

Всегда, когда ребенок начал капризничать неожиданно или на ровном месте, в ближайшие часы следует внимательно проследить за состоянием его здоровья.

Если ребенок болен хронически и часто испытывает физический дискомфорт, то во избежание развития патологий характера следует компенсировать это большим (по сравнению с обычным ребенком) количеством впечатлений позитивного, развлекательного характера. С таким ребенком ***надо больше разговаривать, играть, показывать и объяснять ему доступные его возрасту картинки, книги и фильмы.***

2. Очень часто основной причиной детской капризности бывают и различные виды ***нарушения воспитания в семье***. В этом случае послание ребенка может быть прочитано так: "со мной нужно обращаться по-другому!"

Наиболее распространенными типами нарушения воспитания дошкольников являются гиперпротективный (разрешительный) и гипопротективный (запретительный). Особо гибельным для детской уравновешенности является сочетание обоих нарушений (например, родители воспитывают в строгости, а бабушка - позволяет абсолютно все).

Гиперпротекция приводит к тому, что ребенок практически не знает слова "нельзя". Любое запрещение 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, 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 мы приходим все к тому же протестному, капризному поведению, которое еще больше раздражает родителей. Родители запрещают ребенку капризничать, он протестует против запрещения протеста - и этот замкнутый круг может вертеться годами.

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

3. Иногда капризы ребенка являются симптомом ***внутрисемейной дисгармонии***. В этом случае при анализе ситуации выходят напряженные отношения внутри семьи. Например, свекровь не ладит с молодой невесткой и всячески стремится доказать и показать ее "никудышность". Или молодой отец после рождения ребенка не против погулять, а жена не спит ночами, потихоньку плачет и проверяет карманы его куртки в поисках доказательств супружеской неверности. Здесь капризы - послания ребенка, переводятся однозначно: "я не хочу, чтобы значимые для меня люди ссорились между собой!"

В этом нет никакого врожденного миролюбия или, тем более, альтруизма со стороны ребенка. Просто та душевная энергия, которая по праву должна была принадлежать ему, тратится взрослыми на выяснение отношений между родственниками. Ребенок этим, естественно, недоволен и также демонстрирует это недовольство окружающим. Именно такие дети часто и на первый взгляд необъяснимо перестают капризничать, когда свекровь уезжает на дачу или когда отец отправляется в длительную командировку. В действительности дети в этом случае реагируют не на само отсутствие члена семьи (иногда искренне любимого), а на приостановку явных или скрытых военных действий.

4. Иногда за капризы принимают что-то другое. 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. что тогда будет? ага, тащит. а я вырвусь и опять пойду... ой-ей-ей! кажется, хватит..."

И так по много раз на дню, по самым разным поводам. Ужасно утомительно. Но это не капризы. Это - исследование. И если вы будете достаточно тверды и последовательны, то довольно быстро (у разных детей уходит на это 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 мамой, с папой, с бабушкой...

5. Возрастной кризис. Ученые установили, что первый человеческий кризис приходится как раз на трехлетний возраст. И происходит он от столкновения родительской опеки с проявлениями детской самостоятельности. Потому и особо резкое отношение к сверхопеке именно в период перехода к дошкольному возрасту. Ребенок, уже почувствовав свои силы и возможности, теперь пытается доказать и окружающим собственную состоятельность и значимость. Он начинает спорить с авторитетами, желая сравняться со взрослым в неоспоримости собственного мнения, своих правах и действиях. В период кризиса трех лет родители могут жаловаться, что ребенка буквально подменили. Например, не умеет чисто есть, но тянется к ложке; пытается сам завязать шнурки, потом всей семьей полчаса распутываем; упорно надевает штаны задом наперед и так порывается идти в садик. При попытке исправить ситуацию - злится, кричит. Это тоже не капризы. В этих случаях имеет смысл сначала похвалить ребенка за стремление к самостоятельности и отметить его очевидные достижения, а потом сообщить, что для завершения ситуации и для придания ей большей гармоничности 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 говорить еще рано, и они на самом-то деле прекрасно это понимают.

**Что делать родителям, когда ребенок капризничает?**

1. Попытайтесь как можно точнее прочитать и проанализировать послание ребенка, которое заложено в его сиюминутной или долгоиграющей капризности. Постарайтесь не относиться к капризам ребенка как к очередной попытке помучить вас. Представьте себе инопланетянина, который плохо владеет земным языком и пытается донести что-то до вашего сознания.

2. Прочитав послание, внятно сообщите ребенку, как именно вы его поняли, и что собираетесь предпринять по этому поводу. Если ничего не собираетесь предпринимать, то об этом тоже обязательно сообщите и разъясните причину. Например: "я отлично понимаю, что ты устал, и очень сочувствую тебе. Но до остановки идти еще два квартала, а коляски у нас нет. Так что придется идти как шли. Я совершенно уверена в том, что ты сможешь дойти". Если ребенок, прервав нытье, захочет поправить вас или внести какие-то дополнения, внимательно выслушайте его и обязательно похвалите за проявленный конструктивизм. Например: "молодец, что объяснил. Сейчас мне стало гораздо яснее, что именно тебя беспокоит. Теперь нам будет легче справиться с этим".

Никогда не возражайте ребенку, если он говорит о своем состоянии - он лучше знает, что именно он испытывает. Не подменяйте его собственную чувствительность своей. В дальнейшем это может привести к очень неприятным последствиям, когда уже подросший ребенок будет ориентироваться на родителей или сверстников в поисках ответа на вопрос "что я сейчас чувствую?" Сами понимаете, что полученный ответ не будет иметь никакого отношения к подлинным чувствам ребенка.

Распространенной ошибкой родителей является и подбор вариантов для капризничающего ребенка, когда ему остается только в буквальном смысле ткнуть пальцем в понравившийся пункт списка: « Ванечка, ты что, устал? Может, у тебя головка болит? А может, животик? А может, тебя бабушка обидела? Или ты печенинку хочешь?» Понятно, что и в этом случае речь будет идти не о действительном послании ребенка, а о наиболее выгодном предложении.

Итак, проанализировав ситуацию, в утвердительном тоне сообщите ребенку плод ваших размышлений и дайте ему возможность согласиться с вами или возразить вам.

3. Учите ребенка выражать свои чувства словами, а не капризами. Для этого есть один единственный способ - родители сами должны говорить о своих чувствах в присутствии ребенка. Уже трехлетний ребенок, приученный прислушиваться к себе и не встречающий возражений в описании своих чувств, вполне может сказать:

- Я сейчас злой! Я сейчас ужасно злой! Меня кошка разозлила, потому что я хотел поиграть, а она царапается. Вы от меня сейчас все отойдите, я буду на кухне злиться. А потом приду, и вы меня пожалеете (прямая речь подлинная, записана одной внимательной мамой со слов своего трехлетнего сына).

4. Для профилактики детских капризов и борьбы с уже развившейся эмоциональной неустойчивостью большое значение имеет единая воспитательная позиция всех членов семьи, принимающих участие в уходе за ребенком. И в строгих, и в демократических семьях дети достаточно легко приспосабливаются к существующим правилам, если эти правила едины и поддерживаются всеми членами семьи. И там, где никто не смеет взять ложку, пока не начал есть дедушка, и там, где все в любое время едят руками из большой кастрюли, которая всегда стоит на плите, вполне может вырасти спокойный, эмоционально устойчивый ребенок.

Но вот если мама что-то разрешает, а папа это же самое запрещает категорически, а у бабушки все зависит от настроения, а у дедушки - от состояния здоровья, а у дяди - от отметок, которые ребенок получил в школе... И все это относится к чему-нибудь одному, например, к тому, можно ли прыгать на диване... Именно против такого "плюрализма" часто, капризничая, протестуют дети. В семье, где много народа и несколько воспитательских позиций, имеет смысл устроить своеобразный "круглый стол", на котором путем компромиссов вырабатывается единый стиль воспитания и раз и навсегда решается, можно ли прыгать на диване, есть сардельки руками и пинать кошку. Иногда, во избежание дальнейших разночтений, на основе достигнутых соглашений имеет смысл даже составить итоговый письменный документ, в котором любой желающий сможет при необходимости уточнить, как же поступать в том или ином случае.

5. Крайне необходима последовательность в утверждениях и требованиях, предъявляемых ребенку одним и тем же членом семьи. Как бы ни менялось у вас настроение и обстоятельства, но, если уж вы что-то запретили маленькому ребенку, то пусть это будет "нельзя". Если уж позволили, то до конца вытерпите все последствия. Если вы сказали при выходе на прогулку, что сегодня ничего не будете покупать в ларьке, то придерживайтесь этой позиции. Не смотря на все капризы. Единственная ваша уступка - 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 пытаться. А упорства ему не занимать.

6. Признать самостоятельность ребенка, если мы говорим о кризисе трех лет. Взрослея, малыш перерастает стадию «маминой игрушки», когда мнение и поведение родителей было для него единственно верным. Начиная оспаривать свое право на самостоятельные решения, малыш может демонстрировать капризами стремление добиваться желаемого признания. Достаточно давать ребенку некоторые «порции» свободы, возможности проявить самостоятельность в незначительных ситуациях, чтобы затем он отплатил вам послушанием в важных моментах.

Самым благоприятным временем для начала развития детской самостоятельности считается второй год жизни. Чтобы не беспокоиться в будущем по поводу самостоятельности, нужно уже в раннем периоде начать обучать ребенка самостоятельно кушать, одеваться, мыть руки, убирать игрушки, помогать старшим. Именно такое раннее признание за ребенком самостоятельности в поступках поможет избежать борьбы за лидерство в дальнейшем. К тому же, приобретенные умения избавят ребенка от бездельничества, напрямую ведущего к капризам и нытью.

Можно превратить капризы в игру. Самой распространенной формой занятий с детьми является игра. То же можно отнести и к воспитанию. Через игру ребенка можно научить, развить, воспитать. Если строгий тон и официальный воспитательный разговор ребенок не желает воспринимать, то смягчить борьбу с капризами поможет игра.   
При помощи игр можно показать малышу его поведение со стороны, понять истинные причины капризов, дать примерить роль взрослого. Ведь именно со стремлением уравняться в правах со взрослыми и связано большинство капризов. Вот пусть он и реализует свое желание «повзрослеть», став на время папой, мамой, шофером …

Можно просто договориться с малышом, что он еще несколько минут поиграет, а затем выполнит ваше требование. Ребенок не должен чувствовать себя подчиненным, ему необходима любовь и забота. Хоть немного усомнившись в вашей защите и стремлением считаться с ним, он тут же начинает доказывать свое равноправие.

Есть случаи, когда уступить капризам ребенка просто небезопасно (играть на дороге, шуметь в больнице). Именно здесь родители должны быть предельно настойчивы.

**Чем может помочь специалист?**

В первую очередь проконсультироваться со специалистом по поводу детских капризов необходимо родителям детей, страдающих тем или иным соматическим или неврологическим заболеванием. Именно такие дети особенно нуждаются в правильной и последовательно применяемой методике воспитания, которая в этом случае, несомненно, должна вырабатываться индивидуально и учитывать возможности ребенка. Особенно это относится к детям, страдающим пренатальной энцефалопатией и детям с минимальными мозговыми дисфункциями (ММД). Здесь правильно подобранный режим жизни и воспитания ребенка может во многом ослабить проявления болезни, не допустить ухудшения состояния и таких грозных осложнений, как детский церебральный паралич (дцп).

Специалист может помочь родителям определить причины капризности ребенка и выработать тактику поведения членов семьи, которая позволит откорректировать нежелательное поведение ребенка.

Если причиной капризности ребенка являются внутрисемейные конфликты, то имеет смысл обратиться к такому методу, как семейная психотерапия. Даже краткосрочная позитивная семейная психотерапия, проведенная квалифицированным специалистом, часто позволяет существенно улучшить поведение ребенка и заодно наладить отношения в семье.

**Старший воспитатель Потапова Л.В.**