Многие родители жалуются, что у них излишне капризный ребенок. Так ли это? Может сами родители разбаловали карапуза до такой степени? Возможно, причина капризов кроется в психологическом или физическом дисбалансе? Какая бы причина детских истерик ни была, с капризами что-то нужно делать. То есть необходимо бороться с таким эмоциональным проявлением, как маленькое «Я». Попробуем выяснить причины, из-за которых дети обычно капризничают, и дадим советы, как справится с излишней эмоциональностью маленького человечка.

**Какие причины делают ребенка капризным?**

Ребенок с рождения – это чистый лист и становление личности напрямую зависит от воспитания, которое дают родители. Любые проявления эмоций как положительных, так и отрицательных, это отражение внутреннего состояния карапуза. Причины, по которым ребенок становится капризным, кроются в следующем.

*Физиологический дисбаланс*

В раннем возрасте кроха еще не осознает своих ощущений, поэтому не всегда понимает, что причина его капризного настроения болезнь, голод, усталость или повышение температуры. Именно «переполнение» психики эмоциями, вызванными физиологическим дисбалансом в организме, становится причиной детских истерик и понурого поведения.

*Семейный микроклимат*

Когда кроха начинает понимать, что творится вокруг и чувствовать чужие эмоции, тогда причина капризного поведения может скрываться в полученной информации извне. Другими словами, нестабильный микроклимат в семье, с постоянными ссорами и скандалами имеет большое воздействие на малыша. Он выражает свой протест истериками. Поэтому родителям необходимо создать обстановку любви, спокойствия и постоянства. Очень часто капризным становиться малыш, когда в семье готовятся к появлению прибавления. Чтобы избежать конфликтов в будущем необходимо правильно подготовить старшего карапуза к появлению новорожденного.

*Излишняя опека и избалованность*

Каждый родитель желает оградить свое дитя от всех трудностей и неприятностей внешнего мира. Мы принимаем решение за него и оберегаем от первых детских трудностей. Стараемся задарить подарками, показывая свою любовь. Такие действия «по сдуванию пылинок» приводят к тому, что карапуз не знает что такое самостоятельность и «не спешит» взрослеть. Он понимает, что капризными выходками можно добиться всего чего хочется. Избалованность часто становится причиной детских слез.

*Возрастные изменения*

Психологи утверждают, что во время взросления ребенка есть такие периоды, которые называются кризисом возраста. Обычно это три года и пять лет. В этот период многие мамы замечают резкие перемены в малыше. Во-первых, это происходит, поскольку ребенок пытается заявить о себе наперекор родителям, ему хочется больше свободы, самостоятельных решений. Во-вторых, ребёнок устаёт от гиперопеки со стороны мамы с папой , и он начинает проявлять свою взрослость капризными выходками.

**Капризы или естественные потребности?**

Нередко ребенок капризничает, потому что ему непосильны предъявляемые требования. Например, он не голоден, а его заставляют есть. Если постоянно так подавлять ребенка, у него возникнет психическая травма.

Некоторые родители запрещают детям шумно играть, прикасаться к полированной мебели, садиться в кресло. Это подавляет естественную потребность в движении. Не переусердствуйте! Ведь активность и подвижность необходима для нормального развития ребенка.

Помните, что бить ребенка - это не выход. Подобная педагогическая ошибка может вызвать неприязнь, и даже ненависть к родителям. Дети, у которых сильный тип нервной системы, ожесточаются. Те, которые имеют слабый тип, становятся покорными, но при этом нерешительными и пугливыми.

Если есть возможность, лучше объяснить последствия непослушания. Можно даже позволить ребенку сделать то, на чем он настаивает.

Когда малыш находится в хорошем настроении, он легче выполняет требования родителей. Поэтому благоприятная психологическая обстановка так важна.

До трех лет детские капризы легко прекращаются с помощью отвлечения внимания. Этот способ эффективен, так как психика малыша очень подвижна и отвлекаема.

Дети легко переключаются на другую тему. После трех лет у малышей появляется чувство собственного достоинства. И нужно это использовать. Ребенку хочется сохранить свою репутацию перед близкими и поддержать положительное мнение о себе. Поэтому чаще напоминайте своим чадам о том, какие они хорошие и послушные.

Не нужно оскорблять и унижать детей. Это болезненно для их самолюбия. Умение использовать формирующееся чувство достоинства у ребенка – важная часть воспитательного процесса. Родителям следует знать психологические особенности своих детей, которые способствуют формированию моральных чувств.

**Что делать, если у вас капризный ребенок:** 5 правил

*Правило №1.* Если капризный малыш, может, виноваты вы сами?

Для начала необходимо выяснить капризный кроха или такое состояние вызвано поведением взрослых. В случаях, когда в людном месте ваше чадо падает на попу и кричит что хочет такую игрушку, как на витрине, то это капризы. Если же ребенок пытается застегнуть курточку со словами «Я сам», а мама, опаздывая, делает это за него, то провокатором плача является именно мама. Поэтому проявляйте терпение, дайте немного самостоятельности и истерик можно будет избежать.

*Правило №2.* Цепной реакции не должно быть, контролируйте эмоции

Как известно, агрессия вызывает агрессию и крича на свое чадо вы вызываете негатив, визжание и рыдание. Чем больше ругать, тем ребенок все больше невменяем. Следите за собой, не срывайтесь и контролируйте эмоции. Спокойным тоном скажите малышу, что так себя вести нельзя, и вы сильно огорчены таким поведением. Далее разговор продолжать не следует, поскольку логические доводы сейчас не помогут. Удовлетворять прихоти также не стоит. Лучшим решением станет игнорирование приверед и уже после энного раза такого спокойного поведения со стороны родителей капризный «бесёныш» станет нормальным уравновешенным ребенком.

*Правило №3.* Не применяйте в воспитании шантаж

Многие родители шантажируют ребенка словами:

«Не замолчишь, любить не буду...»;

«Не перестанешь плакать, не дам игрушку...».

Так, делать нельзя. Такой метод, основанный на шантаже, приучит кроху говорить неправду и прибегать к шантажу в случаях, когда ему будет что-то необходимо. Такое воспитание мажет спровоцировать такие слова в подростковом возрасте как:

«Убегу, ели не разрешишь с ним встречаться...»;

«Уйду из дому, если будешь ругать за двойки...».

А хуже всего, что дети в подростковом возрасте настолько ранимы и непредсказуемы, что не знаешь, они просто угрожают или сделают это на самом деле, получив родительский отказ.

*Правило №4.* Всегда следуйте выбранной тактике

Чтобы капризный ребенок не манипулировал родителями с помощью криков, необходимо следовать одной и той же тактике всегда. При первых проявлениях детских прихотей ведите себя спокойно и твердо без вспышек гнева объясните что можно, а что нельзя. Через время, даже когда малыш начнет капризничать, прося какую-то вещь снова, откажите опять, даже если вам очень надо его чем-то занять. Поведение родителей сегодня нельзя, а завтра можно лишь расшатает детскую психику еще больше, дезориентируя ребенка в положительных и отрицательных вещах.

*Правило №5.* Не упрекайте плохими поступками

Нельзя говорить, что малыш плохой, капризный ребенок. Совсем наоборот убедите, что любите, несмотря на его поведение. Скажите, что этот поступок вас расстроил, но вы верите, что он так больше делать не будет. Эти разговоры необходимы, чтобы ребенок понимал, что он нужен, его любят и если попросить, то он непременно это получит, но немного позже.

**Приучаем к слову «нельзя»**

Очень трудно приучить ребенка правильно реагировать на слово «Нельзя». Есть эффективный способ приучить ребенка выполнять требования взрослых – это сразу прекращать неприемлемые действия вашего чада. Например, родители не позволяют ребенку брать вилку в рот или хлопать дверцей шкафа. Если одновременно говорить «Нельзя» и пресекать нежелательный поступок, то со временем это войдет в привычку. Конечно, успеха не следует ждать сразу. Первое время для ребенка ваше «нельзя» сигнал опасности, он может даже броситься бежать прочь.

Нужно помнить, что слово нельзя должно сопровождаться сердитым голосом и выражением лица. Если говорить ласково, малыш может не подчиниться.

При условии, что запреты будут всегда сочетаться с прекращением действия, ребенок станет послушным.

**Заключение**

Если вам, дорогие родители, действительно хочется помочь малышу избавиться от капризов, поддержать его на сложном пути становления личности, значит, чаще смотрите на мир его глазами, чтобы понять, какими он видит окружающую его семью, вас, себя. И многие из нерешенных проблем станут более понятными, вы избавитесь от трудностей в воспитании.

Помните, что хорошее или плохое поведение ребенка – это результат его внутренней активности. И в том, чтобы результат этот был только хорошим, вы должны ему помочь.