***Что такое каприз и как с ним справиться?***

Все дети капризничают. Но каприз капризу рознь. А как отличить каприз от простого упрямства, непослушания и других проступков и выходок ребенка?

*Каприз – это эмоциональное давление на взрослого, это попытка заставить родителей сделать так, как хочется ребенку.*

С помощью каприза дети пытаются заставить родителей купить игрушку, устроить так, чтобы их не водили в сад или не забирали с прогулки домой.

*Капризы - это всегда эмоциональные, бурные реакции злости и возмущения, которые сопровождаются криком и плачем. В состоянии истерики дети топают ногами, подпрыгивают, стучат кулаками, пинают предметы, кусаются, царапаются, швыряют вещи и игрушки, иногда стараются причинить себе боль.*

Но самая неприятная сцена – когда ребенок с ревом катается по полу или по земле где – нибудь в общественном месте (магазине, кафе, на остановке и т. д.).

*Самое главное оружие в борьбе с капризом – это спокойствие и терпение.*

На все действия ребенка нужно реагировать с пониманием и никаких уступков во время каприза ему не делать. Если вы уступите один раз, потом еще и еще, то у ребенка появится оружие против вас, способ заставить вас так, как он захочет.

Помните: каприз – это всегда лишь возможность показать, с точки зрения ребенка*,* какие жестокие у него родители и как плохо они относятся к своему ребенку. Капризы как явление легче пресечь на первой, второй, третьей, десятой выходке, чем на пятидесятой или сотой. Пока ребенок еще маленький и не вошел в раж, а делает только попытки, можно прекратить развитие этого явления. Когда ваш ребенок уже вошел в нервное состояние, когда он ничего не видит и не слышит или ничего не хочет видеть и слышать, лучше оставить его в покое и вытерпеть этот каприз. Это поможет вам и сохранит ваши нервы и спокойствие ребенка. Дайте ему вволю наплакаться и отвести душу, но ни в коем случае не принимайте в этом никакого участия.

Все воспитательные беседы нужно проводить после того, как ребенок успокоится и утихнет. Ни в коем случае не ругайте, он уже и так себя достаточно наказал, чувствуя внутреннее напряжение и неудобство из – за своего поступка. Лучше поговорить с ним ласково, любя, расскажите, как вы огорчились и расстроились. Выразите уверенность, что в дальнейшем он будет вести себя лучше. Дайте понять, что иногда дети так поступают (нужно, чтобы у ребенка не осталось внутреннего чувства вины). Проведите с ним небольшой психотерапевтический сеанс: ласково посмотрите в глаза, погладьте его, постарайтесь подбодрить, выразив доверие своим поведением и словами. Покажите ему вашу любовь, которая ни от чего не зависит. Поговорите с ребенком, объясните, что ему не стоит так плохо поступать, даже если требование со стороны родителей будет противоречить его желаниям.

*Для того чтобы не было капризов, научите ребенка выражать свои желания, объясните, что люди выражают свои мысли и потребности, не топая ногами, без крика, не царапаясь и не валяясь по земле. Люди приходят к пониманию, спокойно излагая друг другу свои просьбы.*

Научите ребенка управлять эмоциями и желаниями, а также сами понаблюдайте, как он их выражает, тогда вам будет легче его понять и воспитать.

Источник: «Самоучитель для пап и мам» автор Р.Р.Кашапов