**Дети и их капризы или обратная связь детей с родителями**

Многих родителей беспокоит вопрос детского непослушания и детских капризов. Непослушание - это непокорность, неисполнительность, несмирение перед очевидным, общепринятым, полезным. В детском возрасте непослушание возникает как форма протеста против неправильного, часто насильственного влияния взрослых. Иногда оно выглядит как каприз, упрямство, а иногда как открытый протест. Непослушание для ребенка - это норма или проблема семьи, которую родители хотят решить, но не знают как. Попробуем разобраться с этим вопросом.

Каждый из нас испытывает эмоциональные потребности и дети не исключение.

**Эмоциональные потребности:**

1. Чувствовать себя любимым.
2. Чувствовать себя значимым.
3. Чувствовать себя сильным (а именно = я могу).
4. Чувствовать границы, что есть дом (ощущение надежности, защищенности).
5. Иметь возможность исследовать мир (ошибаться и меть возможность исправить ошибки).

Исходя из данных потребностей, условно, детей можно разделить на «воодушевленных» - те дети, чьи потребности максимально удовлетворены и «подавленных», соответственно наоборот, потребности детей не удовлетворены или удовлетворены не полностью. Т.е. перед ребёнком встаёт вопрос, как решить возникшие вопросы и реализовать свои потребности. Что из этого следует? –«плохое поведение». Если ребенок достаточно взрослый, то он может выразить свои просьбы при помощи слов, а у маленьких детей это может проявляться в виде нежелательного или плохого поведения. Почему, например, если кто-то из взрослых разбил кружку, то это, непременно к счастью, а если это сделал ребенок, то у него руки не оттуда растут, это относится к 5 пункту - у каждого должна быть возможность ошибаться и исправлять ошибки, из этого складывается опыт. Или вот еще пример, мама сходила на родительское собрание, а придя домой прямо с порога, на повышенных отругала свою дочь за «плохое» поведение, хотя можно было за чашкой чая провести беседу и выяснить причину, и все это будет совершенно безболезненно для ребенка, ведь детям очень важно чувствовать защищенность от своих родителей. Критика, выговоры, обвинения: «На что это похоже!», «Опять все сделал не так!», «Вечно ты все портишь!», «Зря я на тебя понадеялась». Вы, наверное согласитесь с тем, что никакой воспитательной роли эти фразы не несут. Они вызывают у детей либо активную защиту, ответное нападение, отрицание, озлобление, подавленность, разочарование в себе и своих отношениях с родителями. В этом случае у ребенка формируется низкая самооценка, он начинает думать, что он на самом деле плохой, безнадежный, что он неудачник. А низкая самооценка порождает новые проблемы. Хорошо, если сейчас каждый кто читает статью, на минуту обратиться внутрь себя и вспомнит, а что слышит его ребенок в течение дня («Вставай! Сколько можно лежать!», «Посмотри, как у ты заправил кровать», «Ты очень долго одеваешься, можно и побыстрее», «Опять не собрал портфель», «Почему не погулял с собакой», «В комнате вечный бардак», «Устала напоминать про посуду» «Гулять не пойдешь, пока..» «Ты когда будешь ложиться спать вовремя?»).

Что же делать, если ситуация в семье складывается таким образом?

Главное - постараться обращать внимание не только на отрицательные, но и на положительные стороны поведения вашего ребенка**. Не бойтесь, что слова одобрения в его адрес его испортят.** начала в течение дня найдите несколько положительных поводов сказать ребенку добрые слова. Например:

1. Спасибо, что сегодня ты очень быстро собрался в детский сад.
2. Спасибо, что сегодня ты самостоятельно почистил зубы.
3. Хорошо, что ты пришел с прогулки, когда обещал.
4. Мне нравиться готовить вместе с тобой.
5. Я рада, что придя с сада, ты убрался в своей комнате.

Рассказывайте детям о своих эмоциях ( «Я рада, что..», «Мне приятно видеть…» «Я горжусь..) и т.д.). Большинство родителей думают, что ребенок и так знает, что его любят, поэтому положительные чувства высказывать ему необязательно, хотя это совсем не так.

Теперь предлагаю разобраться с нашими эмоциями, что испытывают родители, когда дети себя ведут «плохо».

**Эмоции:**

1.Раздражение взрослого потребность во внимании испытывает ребенок.

2. Злость взрослого борьбу за власть испытывает ребенок.

3. Обида взрослого месть у ребенка.

4. Жалость у взрослого уклонение у ребенка.

Разъяснение. Приведу пример: Мама предлагает ребенку собрать все игрушки и отправиться на прогулку. Ребенок тут же берется за книжку и не обращая внимания на слова мамы начинает очень активно показывать ей картинки из книги и что-то очень активно рассказывать. Так как мама уже оделась и собралась идти гулять, то ей, конечно, не особо интересно, что малыш ей пытается показать или рассказать, она не обращая внимания на книгу, напоминает, что пора собираться. Тогда ребенок начинает бегать по комнате и кричать: «Мама, смотри, как я скачу на лошадке!!! Здорово?!». Терпение мамы заканчивается, она ведь уже одета и ей становится жарко, а еще надо успеть зайти в банк, а то через полчаса он закроется на обед и тут она с возрастающим раздражением обращается к ребенку, который по прежнему не начал одеваться и собирать игрушки, а только пытается ее переключить уже на то какую он построил башню из кубиков. О чем говорит эта ситуация? У ребенка есть потребность во внимании, он его не получает, у мамы появляется раздражение. Все сложилось бы иначе, если бы мама подошла к нему, присела рядом с ним и листая книгу с красочными картинками, поймав взгляд ребенка, ПРЕДЛОЖИЛА ему отправится на прогулку, собрав игрушки.

Злость у взрослых появляется, когда дети вступают с ними в спор, пытаясь отстоять свое мнение и доказать всему свету, что оно у него есть и с ним тоже надо считаться. Борьба за власть-цель ребенка Я-ГЛАВНЫЙ.

Обиду у нас вызывает месть детей, а месть-это много боли у ребенка. Когда при просьбе собрать игрушки, ребенок наоборот, начинает все разбрасывать. В этом случае, конечно, лучше обратиться за помощью к специалистам.

Что из этого следует?

**Нереализованные эмоциональные**

**потребности ребенка**

**Эмоции родителей как «отрицательные»,**

**так и «положительные»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Негативные эмоции т.е.** **«плохое поведение ребенка»**  | **Положительные эмоции т.е.** **«хорошее поведение ребенка»** |

Таким образом, получается замкнутый круг, в котором четко видно, каким образом эмоции родителей влияют на поведение детей.

**Что делать?**

**1.**Сделать общение с ребенком **качественным** (телесный контакт, контакт глаз, эмоциональный контакт). Качественное время - это, время посвященное, только ребенку, ни компьютера, ни телевизора, ни телефона, ни разговоров с другими людьми быть не должно.

**2.** Обозначить и уважать границы друг друга.

**3.**Сделать совместное время **обязательным,** **ежедневным и разнообразным.**

Если все эти пункты учесть, то достаточно будет 30 минут в день и Ваши отношения с детьми станут более теплыми, доверительными, открытыми и спокойными.

Литература:

1. Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком КАК?»
2. Использован материал лекции Сергея и Ирины Кустовых «Почему дети себя плохо ведут».