Воспитание или физиология? Пять главных причин детских капризов.

Идеальный ребенок – неизменно послушный и спокойный – явление не только чрезвычайно редкое, но и потенциально опасное. Физически и психически развитый ребенок в любом возрасте отличается любознательностью, готовностью к движению, игре. И часто потребности дошкольника идут вразрез с нормами социального поведения или ожиданиями взрослых.

## Как бороться с капризами?

В нашем обществе принято считать, что правильное воспитание – ключ к идеальному поведению. Часто родители прилагают титанические усилия, изучают горы литературы, путаясь в противоречивых методиках воспитания, а результата нет. Чтобы бороться с поведенческими отклонениями, важно понимать их причины, которые могут быть физиологическими или психологическими:

1. **Физиология**:
   * *Дети растут.* Причем их умственное развитие идет в ногу с физическим. Для того, чтобы активно усваивать новую информацию, дошкольникам необходимо движение. Разумеется, эти два вида деятельности должны чередоваться.
   * *Быстрая утомляемость.* Грамотная организация режима дня, полноценного ночного и дневного сна, чередование активных игр и пассивных – залог хорошего поведения.
   * *Плохое самочувствие.* Дети плохо понимают собственный организм и часто причина упрямства или плохого настроения кроется в повышенной температуре или слабо выраженном болевом синдроме.
2. **Воспитание:**
   * *Гиперопека*. Чрезмерное опекание ребенка лишает его главной потребности – узнавать новое, обучаться. Запреты «не бегай! не лезь! не трогай!» ограничивают свободу ребенка и вызывают закономерный протест.
   * *Дефицит внимания*. Если родители всегда заняты – упрямство и капризы – просто способ обратить на себя внимание, пусть и негативное*.*

*Взаимопонимание с малышом строится на взаимном доверии. Это длительный и трудоемкий процесс, но его результат – счастливый, эмоционально устойчивый ребенок с высокой степенью алертности.*