

КАПРИЗЫ

Что такое каприз для ребенка? Это требование получить желаемый предмет или «вкусненькое» немедленно, или наоборот - нежелание выполнять требование взрослого, например, ложиться спать, ведь так хочется еще поиграть. Желание ребенка при этом никак не совпадает с желанием взрослого. Помимо капризов, есть и другие способы у детей, которыми они пытаются добиться своего - это истерика, нытье, шантаж, давайте рассмотрим их подробнее и то, как на них реагировать родителям, чтобы достичь дипломатического компромисса во взаимоотношениях с ребенком. Начнем все-таки с каприза. Часто его причиной становится голод, недомогание, усталость ребенка или желание противостоять требованиям взрослых. Если не бороться с детскими капризами, то ребенок будет расти тревожным и легко возбудимым. Что может помочь решить проблему? Постарайтесь выяснить, что вызвало неудовольствие ребенка, и помогите ему справиться с ситуацией. Придите на помощь и успокойте ребёнка, если он капризничает, ему нужна ваша поддержка.

Истерика

Истерика - это уже целая буря негативных чувств и эмоций у ребенка. В состоянии истерики ребенок уже и не помнит чего хотел, а просто выплескивает накопившиеся эмоции наружу: топает ногами, визжит, кидается на пол. Чтобы успокоить ребенка, возьмите его, обнимите, отнесите его в ванную, умойте, предложите попить воды. Постарайтесь держать себя в руках и не реагировать на истерику слишком эмоционально, это только усугубит ситуацию. Не кричите на ребенка, крик ребенок не услышит, он, обычно, пролетает мимо ушей. Опять же попробуйте его отвлечь. Можно попробовать сделать вид, что вы заняты своими делами, и не обращать на ребенка внимания, иногда, это тоже помогает. Если же истерика случилась в магазине из-за не купленной игрушки, постарайтесь как можно быстрее покинуть людное место, предложите ему попить, печенье, яблоко, оботрите влажной салфеткой. Как только ребенок успокоится, поговорите с ним о том, что произошло. Объясните, что вы очень удивлены и расстроены его поведением, что в следующий раз он будет наказан, но не забывайте и о поощрении за хорошее поведение.

Нытье

Многие дети любят помногу раз повторять одну и ту же просьбу плаксивым голосом в надежде, что взрослый не выдержит и уступит ему. Нытье - одна из самых действенных манипуляций, редкий взрослый не сдаст своих позиций, перед такой настойчивой осадой. Как ее выдержать? Постарайтесь объяснить ребенку, что просьбы и пожелания, высказанные в таком тоне выполняться не будут. Время от времени делайте ребенку подарки просто так, без повода, чтобы он понял, что приятные вещи от родителей можно получить и не прибегая к нытью.

Шантаж

Этот способ манипуляции является, пожалуй, одним из самых некрасивых. «Если ты мне дашь посмотреть мультфильм, то потом, я прочитаю книжку» или «Если ты не купишь мне машинку, я расскажу папе, что ты брала его телефон» - к такого рода хитростям может прибегнуть ребенок, и стоит

начать идти ему на уступки, как дальше это может только усугубиться, перерасти в обман. Так что старайтесь в принципах воспитания придерживаться одной и той же позиции. Разбирая какой-нибудь проступок ребенка, будьте корректны, объясните, что он сделал не так, объясните, как нужно поступить правильно, чтобы избежать неприятной ситуации. Ребенок - это прежде всего личность, поэтому всегда нужно считаться с его желаниями и удовлетворят их, когда они не противоречат нормам воспитательных требований в семье и правилам поведения в обществе, а чтобы ребенок знал эти нормы и правила, ваша задача правильно их донести до него. Будьте последовательны в своих действиях, доброжелательны, объясняйте ребенку, какого поведения вы от него ждете. Малыш должен четко понимать, что в его поведении правильно, а что - нет. Конечно, совсем капризов избежать не удастся, но свести их к минимуму для того, чтобы не травмировать психику ребенка под силу каждому любящему родителю.

Как бы мы ни любили своих детей, приходится признать, дети - отличные манипуляторы. Они придумывают самые изощренные способы, чтобы получить от родителей желаемое (конфеты, внимание, деньги - нужное подчеркнуть...) При этом дети отлично знают, когда мама и папа сдадутся. Прекрасный пример тому - истерика в супермаркете, где папа наверняка купит конфету, потому что ему станет стыдно перед другими покупателями. Бац! И заветная конфета у малыша в кармане - 1:0, дорогие родители. Если в какой-то момент поведение малыша сработало, он будет пользоваться этим приёмом и дальше.

Есть и у науки свой взгляд на детские капризы. Благодаря недавним исследованиям американских ученых выяснилось, что истерика - отнюдь не хаотичный процесс, что все эти крики, вопли, катания по полу происходят по определенным законам и подчиняются некоему ритму. Что же советуют ученые мужи? Парадоксально! Но ничего. Совет, который дают взрослым авторы исследования, звучит очень кратко - не делайте ничего. То есть вообще ничего - молчите, не задавайте находящемуся в истерике ребенку никаких вопросов, так как это только усилит ярость и, соответственно, продлит приступ.

Конечно, не каждой маме под силу «считать овец», когда ребенок в припадке бьется головой о полку с игрушками в детском магазине. Но здесь возникает закономерный вопрос: «Может быть, не стоило его туда брать?»

Учите ребенка договариваться вместо того, чтобы требовать и упрашивать. Нужно научить обсуждать: будет покупка или нет, если нет, то по какой причине, чтобы ребенок не чувствовал себя просто отвергнутым. А именно так чаще всего дети и воспринимают отказ в покупке: «Раз не покупают, значит, я плохой».

Разрешите Его величеству начать истерику: «Ты собираешься плакать? Можно, я разрешаю». Факт дозволенности сбивает ребенка с толку.

Выводы: в начале истерики попробуйте «разрешить плакать», а чуть позже обсудите, что игрушка не куплена вовсе не потому, что малыш плохой.

В целом, большинство детских истерик можно предугадать и не допустить. Чаще всего капризы возникают на фоне переутомления, в некомфортной обстановке, если у ребенка неудобная одежда или он плохо себя

чувствует. Если капризы постоянны, это может говорить о заболеваниях нервной системы - тогда ребенка стоит показать невропатологу.

Если же со здоровьем все в порядке, и истерики при одном из родителей ребенок себе не позволяет, то корень проблемы стоит искать в реакциях родителей на капризы.

При внимательном разборе таких ситуаций оказывается, что детям нужно не более, чем ваше внимание. Они хотят чувствовать, что в данный момент они важны для родителей. Ведь даже наказание - это возможность получить свою порцию внимания. Для предотвращения истерик нельзя отмахиваться от ребенка: получили «запрос» на внимание, скажите, когда и как вы его дадите и обязательно выполните обещание. Совет: старайтесь, по мере возможности, уделить малышу внимание, когда он просит поиграть или поговорить с ним.

Тем не менее, «внимание вниманию рознь», ребенку оно, безусловно, необходимо, но не должно быть связано с фактом истерики. Если ребенок систематически разыгрывает подобные концерты, то, скорее всего, каждый раз они оказываются действенными. Глупо было бы постоянно делать то, что не приносит результата, правда? Здесь важно прервать порочный круг «истерика-внимание» или «истерика - получил то, что хотел».

Если самое страшное уже началось, Вам необходимо просто проследить, чтобы ребенок находился в безопасном пространстве, но Ваша эмоциональная включенность в процесс должна быть минимальной.

Можно озвучить ребенку его состояние: «Ты сейчас злишься, потому что я не купила тебе то, что ты хотел» и мягко предложить ему поговорить после того, как он успокоится. Капризы и истерики, связанные с «некупленной» игрушкой можно предотвратить, заранее сказав ребенку, что Вы можете купить ему одну игрушку в месяц и не дороже определенной суммы, но при этом он сам ее сможет себе выбрать.

Итак, заранее предупреждаем - стоит ли рассчитывать на покупку. Если не сработало - комментируем чувства ребенка, не включаясь эмоционально.

Не рекомендуется стоять в сторонке, пока ребенок бьется головой о пол и советует как можно скорее остановить истерику. Потому что ребенок в этом состоянии теряет много сил - физических и психологических. В качестве скорой помощи при истериках рекомендуется удалить зрителей и совершить действие, которое удивит ребенка (например, с грохотом уронить предмет). Если такое действие совершить не удастся, то сидите рядом с ребенком, держите его за руку, поглаживайте по голове, но не вступайте с ним в беседу или, тем более, в спор.

После того, как истерика пошла на спад, говорите короткими фразами, уверенным, но доброжелательным тоном («Выпей воды», «Умойся»).

Вывод: В самом начале истерики попробуйте сделать какое-нибудь из ряда вон необычное действие.

Корень детских манипуляций в мести или шантаже по отношению к родителям. К истерикам приводит нелогичное поведение папы и мамы. Нелогичность заключается, во-первых, в не приучении ребёнка к отказу как таковому. И, когда малыш сталкивается с отказом («Не куплю»), он воспринимает это, как нечто обидное. И борется с этим самым жёстким

образом. Во-вторых, ошибка в том, что скорее всего, при других обстоятельствах, в другое время ему разрешалось то, что запрещается в этот раз.

Ребенок, скорее всего, уже сталкивался с тем, что если надавить на родителя, то он может и поддаться. И, если в какой-то момент ребенок получает жёсткий и окончательный отказ в чём-либо, он злится на родителей и начинает им мстить.

Вывод: четкое «нет» - залог вашего успеха. И, единожды отказав, никогда не позволяйте Вас «продавить».

Детские провокации - это упущенные родителями границы и непоследовательность. Если истерика все же началась, стоит ограничиться фразой: «Я понимаю, что сейчас ты хочешь еще гулять, но нам уже пора домой». Вывод: ребенку важно показать, что его слышат, но при этом ему также важно увидеть, что последнее слово осталось за старшими.

Итак, в первую очередь научитесь предупреждать истерические вспышки (не стоит идти в магазин, если малыш не спал днем). Чтобы отвлечь, давайте четкие и конкретные команды («Умойся») вместо того, чтобы требовать прекратить плакать. Назовите малышу его чувства и объясните, что с ним происходит. Если истерика уже началась, постарайтесь отвлечь каким-то необычным действием, а, главное, оставить шоу без зрителей. Всегда помните о том, что дети быстро растут и чем старше они становятся - тем более «адекватно» становится поведение.