

РЕБЁНОК УПРЯМИТСЯ, КАПРИЗНИЧАЕТ

Что делать родителям?

Капризы, истерики, упрямство довольно часто встречаются в детском возрасте, и родители иногда должны проявлять чрезвычайную гибкость, чтобы найти правильный подход к такому ребенку.

Капризные дети, как правило, довольно умные, самолюбивые и обладают повышенным чувством собственного достоинства и гордости. Это активные и энергичные от природы дети. Такие дети не реагируют на наказания или дают временную реакцию, но вскоре опять будут развязывать борьбу за власть. Проявление силы со стороны родителей это стимул для детей использовать все свои интеллектуальные данные, чтобы не сотрудничать, а победить родителей. Но главная задача в другом: дети должны использовать свой интеллект, чтобы приобрести важные жизненные навыки, такие как самодисциплина, ответственность, сотрудничество, умение разрешать конфликты.

Помните, что капризы и упрямство невозможно победить в один день.

Придерживайтесь **простых правил** общения с упрямым ребенком:

- посадите ребенка к себе на колени или опуститесь на корточки, чтобы быть с ним на одном уровне, это даст вам больше шансов на его внимание;
- удерживайте зрительный контакт с вашим ребенком, он должен смотреть вам в глаза, а не в пол – пока он смотрит на вас, он вас слышит;
- выдержите паузу, прежде чем реагировать, потому что если вы не сдержите себя, повысите голос, шлепните, ребенка уже трудно будет перенаправить.
- говорите спокойным, уверенным тоном без раздражения
- просьбу или указание формулируйте четко и ясно, стараясь уместить свою речь в одно – два предложения
- правило должно быть конкретным и его повторять необходимо несколько раз
- нельзя разрешать сегодня то, что было запрещено вчера
- дети во всем видят ваш пример: не позволяйте себе то, что запрещаете делать ребенку

Чтобы изменить поведение ребенка, надо придерживаться определенной политики.

Не спорьте с ребенком в момент истерики или упрямства

Не пытайтесь в это время что-либо внушать вашему ребенку или пытаться изменить силой. Ругань в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно

возбужден и не может вас понять. Вступая в дискуссию с капризным ребенком, вы ухудшаете ситуацию.

Никогда не используйте силовых методов, не показывайте своего морального и физического превосходства.

Задавайте вопросы

Перестаньте объяснять и уговаривать, начните задавать вопросы ребенку: «Что мы должны делать сейчас? Что будет, если ты не оденешь эти сапоги или не уберешь игрушки? У тебя есть идеи, как решить эту проблему?» Пусть ребенок сам объяснит, почему надо выполнить вашу просьбу или объяснит причину отказа. Так ребенок сильнее мотивирован, чтобы работать с вами, а не против вас.

Не фиксируйте внимание на капризе. Не предавайте большого значения упрямству и капризности.

Дайте ему отвести душу, но не принимайте в этом участия. Каприз – это своеобразный спектакль, где главный актер – ваш ребенок. Если нет «зрителей» (мамы, например), не кому и показывать концерт. Постарайтесь схитрить: "Ну, ты покричи вдоволь, а я пока пойду чай с новыми конфетами попить". Уходите в другую комнату и не показывайте «новых конфет»

Твердое «Нет»

Будьте настойчивы в поведении с ребенком. Если вы сказали «Нет», придерживайтесь и дальше этого же мнения.

Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны и оправданы логикой воспитательного процесса. Если ребенок должен ложиться спать в 21 час, но при этом он упорствует, что не устал и еще хочет играть, заключите с ним договор, если он будет играть спокойно и разберет постель, в таком случае вы ему доверите самому лечь спать на полчаса позже.

Ваше внимание

Дети всегда ищут внимания своих родителей, они будут пытаться получить его либо с помощью положительного поведения, либо негативного. И если ребенок думает, что он больше владеет вашим вниманием с помощью капризов, он будет продолжать это чаще использовать.

Демонстрируйте ребенку креативные методы совладания с ситуаций. Например, если ребенок отказывается убирать вещи и игрушки в своей комнате, а вы чувствуете, что не способны больше даже говорить с ним об этом, устройте соревнование на самое быстрое время по сбору игрушек (или кто больше соберет игрушек). Ребенок должен выполнить ваше требование с мыслью, что оно совпадало с его желанием.

Предоставьте ребенку право выбора!

К примеру, если вы собираетесь пойти с ребенком на прогулку, не следует спрашивать его, хочет ли он пойти гулять, если вы заранее знаете его ответ. Поинтересуйтесь, хочет ли он пойти гулять в парк или во двор, хочет ли он надеть на прогулку ту или другую одежду. Ситуации выбора имеют для упрямого ребенка большое значение. Выбрать, как играть, что есть или что одеть, это для ребенка символ его способностей, его статуса.

Рассказывайте ребенку о своих чувствах и неприятных переживаниях, когда он капризничает. Спрашивайте «А тебе нравится, когда я на тебя кричу? Вот и мне неприятно», «Ты меня не слышишь? Тогда я тебя сегодня тоже не услышу», и постарайтесь не отвечать ребенку весь вечер. Так ребенку легче понять, к чему приводит его поведение.

Не забывайте хвалить ребенка, когда он этого заслуживает. Помните, НЕЛЬЗЯ хвалить за то, что достигнуто не своим трудом или не стоило никаких усилий со стороны ребенка. А также из жалости или желания понравиться. НАДО хвалить за поступок или действие, ради которого ребенок приложил свои усилия и постарался сделать лучше, чем в прошлый раз.