

## Методические разработки педагога – психолога Листопад Оксаны Владимировны

### Капризные дети

В зависимости от темперамента ребенка, от его физического и эмоционального состояния капризничает он по-разному: хнычет или же в гневе визжит, кричит, кусается, швыряет все, что попадет под руку.

**Первое правило**, которое должны помнить родители: нужно постараться четко понять причину детского гнева. Если малыш вдруг увидел в витрине игрушку и визжит, требуя, чтобы ее немедленно купили, - это, естественно, необоснованный каприз. Если ребенок вдруг решил сам потребовать завязать себе шнурки на ботинках, но маме некогда, она спешит, ребенок начинает настаивать: «Я сам!», крики, слезы, ссора – здесь вина лежит целиком на взрослом. Ведь нет ничего плохого в том, что ребенок хочет стать самостоятельным, научиться что-то делать сам. Немного терпения – и конфликта можно избежать!

**Второе правило.** Если «сцена» только начинается, надо постараться отвлечь ребенка. Изображайте удивление, говорите что-то, главное, чтобы крикун переключился. Скажите, например: «Ой, посмотри, какая удивительная птица прилетела к нам на балкон. А вдруг она волшебная? Пойдем, попробуем с ней познакомиться...». Если ребенок еще вменяем, но с удовольствием включится в игру и позабудет о предыдущих проблемах.

**Третье правило.** Если не удалось отвлечь ребенка, попробуйте на какое-то время оставить его в покое, не обращать на него внимания. Заядлые крикуны обычно очень любят поскандалить именно на публику и довольно быстро затихают, если их никто не видит. Старайтесь оставаться абсолютно спокойными – ребенка обезоруживает тот факт, что вы всерьез не воспринимаете его причуды, и что криком и истерикой он ничего не добьется. И не паникуйте, если кто-то видит истерику ребенка и ваше якобы равнодушие к ней. Ведь вам важнее не то, что о вас подумают посторонние люди, а ваши будущие взаимоотношения с ребенком. В случае истерики говорите с ребенком тихо, попробуйте смочить и приложить ко лбу и вискам крикуна прохладную тряпочку. Успокойте его нежными словами. **Правило четвертое.** Психологи советуют: выберите правильную тактику поведения и придерживайтесь ее, начиная с первых капризов вашего младенца. Таким образом, вы хоть немного застрахуетесь от неприятных сцен в будущем. Так или иначе, первые несколько лет малыш проводит дома, и первые конфликты происходят в семье. Если малышу удастся добиться своего с помощью капризов, он будет прибегать к этому способу все чаще и чаще. Таким образом, неправильная реакция родителей на капризы ребенка – наиболее частая причина, из-за которой они повторяются. Если ребенок с самого начала привыкнет к спокойной, но твердой реакции на свои вспышки гнева, то он реже будет прибегать к такому способу решения своих проблем, в том числе и в общественных местах.

**Правило пятое.** Обращайте внимание на свое эмоциональное состояние. Нервозность родителей быстро передается и ребенку, только он, в отличие от взрослых, не умеет долго сдерживать эмоции, и ему проще всего устроить сцену. Если ребенок уже «завелся», не поддерживайте его: если вы хмуритесь – он станет дерзким, вы повысили голос – он закричал, вы ругаете его, а он – уже невменяем. Не создавайте такую цепную реакцию. Спокойный тон или даже молчание куда действеннее. Часто малыш капризничает из-за недостатка внимания к нему взрослых. Даже если родители тратят на ребенка достаточно много времени, дети все равно чувствуют, что бывают им в тягость, поэтому и становятся более капризными и требовательными. Старайтесь регулярно выкраивать время, чтобы полностью посвятить себя ребенку. Это сделает его более уверенным, и он скорее начнет понимать, что взрослым также нужно личное время.

**Правило шестое.** Никогда не шантажируйте детей. Нельзя утверждать: «Если ты сейчас не замолчишь, я не буду тебя любить...», или: «Если будешь меня доводить, я умру...». Таким образом, вы научите говорить ребенка неправду.

**Правило седьмое.** Когда ребенок перестанет капризничать, когда буря утихнет, обязательно поговорите с ребенком ласково. Скажите, что вас огорчило его поведение. Уверьте ребенка, что вы все равно его любите и убеждены, что он будет стараться вести себя хорошо. Подобный разговор необходим, чтобы у ребенка не возникло стойкого чувства вины, как это случается после бурных вспышек гнева. А маленькие

дети не умеют управлять ни своим возмущением, ни чувством вины. Поэтому, когда уже все прошло, не упрекайте, не угрожайте – помните, что в каком-то смысле ребенок сам себя наказал.