

Капризные практики.

Лайфхаки для родителей дошкольников

Все дети капризничают. И причины этого самые разные: невозможность справиться с нахлынувшими эмоциями, усталость или физическое недомогание, желание привлечь к себе внимание, добиться своего от окружающих и т.д.

Взрослым хочется накричать, отлупить или приходится через силу уступить, но прекратить этот «ужас» немедленно.



Часто для родителей такие проявления малыша становятся сложным испытанием, при котором не всегда хватает терпения и выдержки...

Такие публичные проявления отрицательных эмоций детей требуют каких-то эффективных мер для пресечения капризов и истерик.

Существует несколько приемов, которые помогут перевести это поведение в приемлемое русло. Хочется оговориться, что это не касается тех случаев, когда у ребенка ухудшилось самочувствие или поднялась температура. Тут более или менее понятно, что делать – выявлять причину и переходить к лечению.

В случаях, когда каприз – это проявление особенностей возрастного поведения ребенка, можно действовать следующим образом. Такое поведение может проявляться по-разному – от нытья до визга, от рыданий до агрессивных действий по отношению к окружающим и даже к маме.

Что делать?

✓ Необходимо соблюдать спокойствие, как бы тяжело вам это ни давалось. Отвечая агрессией на агрессию, вы только подливаете масла в огонь конфликта.

✓ Если малыш только начал капризничать, попробуйте переключить его внимание на что-то другое, отвлечь его.

✓ Шантаж в любой форме неприемлем. «Замолчи, а то разлюблю» – формула, которая превращает вас в семейку манипуляторов, где нет места доверию и чувству безопасности.

✓ Выберите определенные правила поведения в таких ситуациях и всегда следуйте им. Если вы сами не относитесь серьезно к установленным вами же правилам, то почему же ребенок должен их соблюдать?

✓ Можно переводить такое поведение в шутку или игру: «Возьми меня на ручки», - говорит сын. «Нееет, лучше ты меня», – улыбаясь, но решительно отвечает мама. Ситуация настолько неожиданная и абсурдная, что малыш включается в эту игру и его эмоция меняет минус на плюс.

✓ Когда каприз закончился, обязательно покажите ребенку, что приветствуете то, что вы с ним вместе справились с этой ситуацией.

✓ Разговаривайте с детьми, объясняйте свои поступки и обозначайте им, что для вас приемлемо, а что недопустимо. Главное, сами в этом определитесь и не меняйте правила туда-сюда.

Правил должно быть немного, но они должны быть безусловны к исполнению, как вами, так и всеми членами семьи. Иначе, капризы могут занять главенствующую роль в ваших взаимоотношениях с ребенком.

