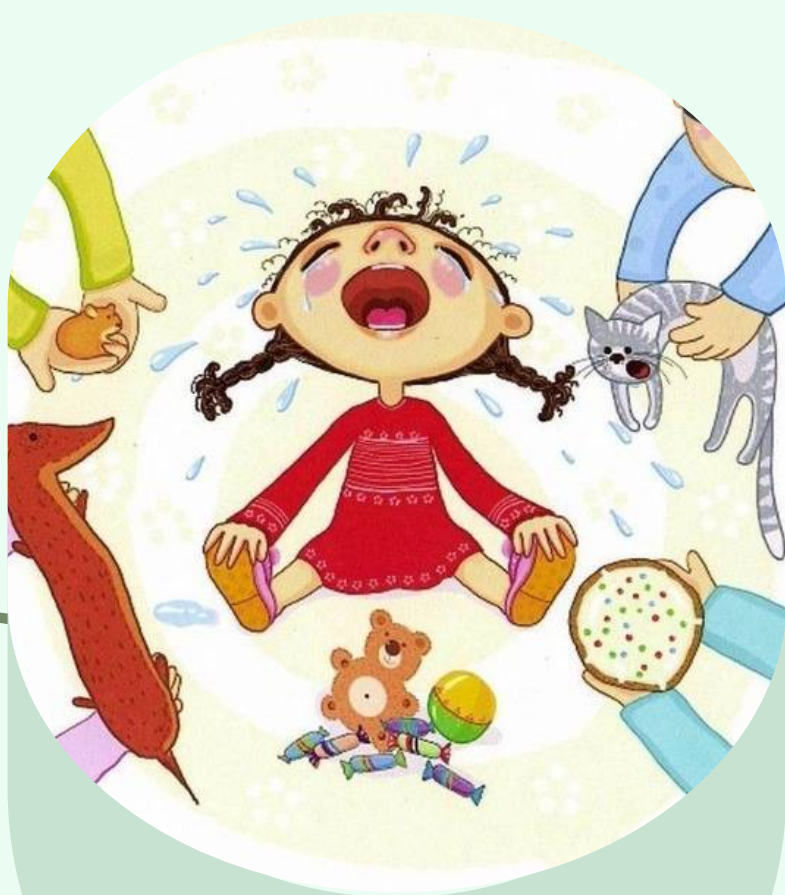


Рекомендации для родителей

"Как
справиться с
детскими
капризами"



Составитель:
педагог-психолог
Бабина Анастасия
Анатольевна
МБДОУ 82
"Чебурашка"

Всем своим поведением ребенок показывает, что ожидает понимания со стороны взрослых. Изменения в поведении малыша порой приводят взрослых в смятение и вызывают желание немедленно прекратить безобразие и капризы.

Капризы, крики и плач — это не обычное безобразие, которые следует немедленно прекратить. Это очередной сигнал ребенка о том, что он ждет понимания и реакции со стороны взрослых. Он ищет способ управления родителями для получения желаемого. В ход идет все: крики, слезы, кусание, дерганье за волосы, драка. И если это сработает, то такое поведение станет нормой, и решать свои проблемы ребенок будет только таким способом. Этого нельзя допустить. И если не реагировать на неправильное поведение и показать малышу, что капризами ничего не добьешься, то он станет меняться и перестанет плакать и капризничать.

В некоторых ситуациях учитеесь не обращать на ребенка внимания. Иногда это бывает лучшим решением вопроса. Ребенок может быстрее перестать капризничать и плакать, если поблизости нет людей, пытающихся его успокоить. Присутствие зрителей и сочувствующих только усиливает капризы и плач малыша. Ведь даже некоторые взрослые любят “выступать” на публику, что уж говорить о детях.



Рекомендации для родителей:

1. Помните, «ребенок – это зеркало нравственной жизни родителей» (В. А. Сухомлинский)
2. Не завышайте требований к своему ребенку.
3. Давайте ребенку самостоятельность и свободу, но будьте всегда рядом.
4. Хвалите ребенка, похвала никогда не бывает лишней.
5. Перед походом в магазин обговорите с ребенком предполагаемые покупки.
6. Если ребенок капризничает, не слушается Вас – оставьте его на некоторое время одного, ребенок подумает и успокоится.
7. Для самых маленьких детей можно использовать прием отвлечения и переключения.
8. Взрослым необходимо давать ребенку право выбора («Ты хочешь съесть суп или второе?»).
9. Используйте прием авансирования – сначала дайте положительную оценку ребенку, а затем укажите на его негативное поведение.
10. Оцените ситуацию, в которой возник конфликт. Может быть, Вы можете уступить ребенку.
11. Если Вы о чем-то попросили ребенка, он должен выполнить Вашу просьбу, но Вы должны это проконтролировать. Если просьба не выполнена. Ребенок может быть лишен чего-либо.
12. Требования к ребенку должны быть едиными и постоянными со стороны всех взрослых.
13. Не пропускайте упрямство и непослушание ребенка мимо своих глаз. Отрицательное поведение при этом может закрепиться.

Придерживайтесь простых правил общения:

1. 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;
2. Удерживайте зрительный контакт с вашим ребенком, он должен смотреть вам в глаза, а не в пол – пока он смотрит на вас, он вас слышит;
3. 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;
4. Просьбу или указание формулируйте четко и ясно, стараясь уместить свою речь в одно – два предложения;
5. Правило должно быть конкретным и его повторять необходимо несколько раз;
6. Нельзя разрешать сегодня то, что было запрещено вчера;
7. 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. Вместо того, чтобы вымещать на нем свои чувства, угрожать или упрекать, лучше напомните ему, что он уже достаточно наказал самого себя, и покажите, что вы любите его, хотя его поведение и не было похвальным.

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. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка. Каприз требует зрителей, оставьте ребенка в покое, не обращайтесь на него внимания. 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 попью". Уходите в другую комнату и не показывайте «новых конфет».

Чтобы изменить поведение ребенка, надо придерживаться определенной ПОЛИТИКИ:

Твердое «НЕТ». Будьте настойчивы в поведении с ребенком. Если вы сказали «Нет», придерживайтесь и дальше этого же мнения. Не сдавайтесь, даже когда ребенок закатывает истерику в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, и оправданы логикой воспитательного процесса. Если ребенок должен лечь 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 доверяете 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 ситуациями. 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.

Учите ребенка определять цель своих поступков («Что хочешь? Зачем?»), подбирать варианты действий («Как и что надо сделать») и предполагать результат («Что тогда получится»)

Чтобы изменить поведение ребенка, надо придерживаться определенной политики:

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.

Не относитесь к ребенку предвзято. Помните, что с каждым годом ребенок стремится к большей самостоятельности. Он хочет и может многое делать сам, особенно то, что ему интересно. Предоставьте ему такую возможность. Не страшно, если ребенок ошибется или не получится с первого раза. Важен сам опыт – ведь на ошибках учатся, причем не на чужих, а только на своих.

Предъявляйте ему разумные требования! Ваш ребенок может понять, что такое «Нельзя», «Надо» и «Можно». Только вы должны ему четко объяснить такие понятия, они помогают ребенку управлять своим поведением. Надо убрать игрушки, почистить зубы и т. п. Нельзя разбрасывать вещи и т.п. "Можно" формирует в сознании ребенка правила поведения, на основе которых формируется дисциплинированность и ответственность: "Можно пойти погулять, после того как уберешь игрушки (выучишь уроки)" и т. д. Слово взрослого и его собственные усилия могут обеспечить желаемое поведение.

Чтобы изменить поведение ребенка, надо придерживаться определенной ПОЛИТИКИ;

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. Только тогда ребенок поймет, что вы его действительно цените, и начнет гордиться собой и уважать Вас.

Помните, что капризы тормозят развитие ребенка. Причем правило это не имеет исключений.

Уважаемые родители, помните, что нет ничего такого, совершенно ничего, что сравнялось бы по силе с вниманием родителей. С помощью одного только внимания можно объяснить и решить множество проблем. В борьбе с капризами вашими помощниками, которые действительно смогут Вам помочь, должны стать ДОЛГОТЕРПЕНИЕ, ВНИМАНИЕ И ЛЮБОВЬ.