

Капризный ребенок: что делать, как бороться с детскими истериками?

Любые детские истерики – наше с вами личное производство. Капризный ребенок – родительских рук дело. Это мы позволяем детям себя так вести, не слушаться и добиваться своего «горлом» и слезами. От того, как именно мы построим взаимоотношения с нашими отпрысками, зависит напрямую и наше будущее, - то, как они будут относиться к нам, когда немного подрастут, будут ли уважать и признавать наше мнение.



Детские истерики и капризы находятся в зависимости от темперамента малыша, от его эмоционального и физического состояния. Собственно в зависимости от этого ваша кроха и капризничает по-разному: дует губы или рыдает навзрыд, хнычет или визжит в гневе, кусается, кричит, швыряет все, что только под руку попадет.

Очень капризный ребенок доставляет массу хлопот своим родителям, лишает покоя, заставляет краснеть в общественном месте или самим срываться на крик и угрозы. Почему вы не в состоянии предотвратить детские истерики, как бороться с ними, как вообще так случилось, что у вас капризный ребенок, что делать, когда малыш капризничает и ведет себя неподобающим образом? Капризный ребенок, что делать?

- **Первое правило**, которое необходимо помнить родителям: следует постараться четко определить причину детского гнева или истерики.

Если ребенок увидел вдруг игрушку в витрине и начал визжать, требуя, чтобы ее срочно ему купили, — это, само собой, каприз необоснованный.

Если малыш решил вдруг попробовать самостоятельно завязать на ботинках шнурки, но мамочке некогда, она торопится и дает ребенку сделать этого, а он начинает настаивать с невероятным упорством: «Я сам!», сопровождая требование криками, слезами и скандалом — здесь вина целиком и полностью лежит на взрослом. Нет совершенно ничего плохого, чтобы малыш понемногу становился самостоятельным, в его желании что-то научиться делать самому. Немного терпения — и истерики можно избежать, да еще и облегчить себе жизнь в будущем.

- **Второе правило.** Когда «сцена» только начинается, нужно постараться ребенка чем-нибудь отвлечь.



Изображайте удивление, что-нибудь говорите, главное, чтобы ваш ненаглядный крикун переключился, отвлекся от процесса. Скажите, к примеру: «Ой, смотри, какая удивительная птичка на балкон к нам прилетела. Вдруг она волшебная? Ну-ка пойдём с ней познакомимся...». Если капризный ребенок еще вменяем в этот момент, то он включится в игру с удовольствием и благополучно забудет о предыдущей проблеме.

- **Третье правило.** Если отвлечь малыша не удалось, попробуйте оставить его на какое-то время в покое, не обращать внимания на детские истерики. Заядлый крикун, очень капризный ребенок обычно любит поскандалить на «публику» и достаточно быстро затихает, если его никто не видит. Вооружитесь терпением, и старайтесь соблюдать абсолютное спокойствие. Привыкший к

повышенному вниманию, ребенок будет обезоружен тем фактом, что вы не воспринимаете всерьез его причуды, и его детские истерики и истошные крики оставляют вас равнодушными. Довольно скоро очень капризный ребенок поймет, что таким поведением ему больше ничего не добиться. И не паникуйте, не комплексуйте, если кто-то посторонний видит истерику малыша и ваше якобы полное равнодушие. **Запомните: для вас гораздо важнее будущие взаимоотношения с вашим малышом, нежели то, что подумают о вас совершенно посторонние люди.**

Если же детские истерики достигают апогея – ребенок краснеет, покрывается пятнами, начинает захлебываться эмоциями - говорите с ним тихо, спокойно, без нравоучений и командного тона, смочите и приложите к вискам и ко лбу крикуна прохладную мокрую тряпочку. Успокойте малыша нежными словами, но не идите на поводу, особенно, если каприз его необоснованный.

• **Правило четвертое.** Психологи рекомендуют выбрать правильную тактику поведения и придерживаться ее постоянно, с самых первых



истерик и капризов младенца.

Действуя подобным образом, вы хотя бы немножко сможете «застраховаться» от неприятных сцен в дальнейшем. Если ребенку удастся добиться своего при помощи капризов, он станет все чаще прибегать к данному способу.

Таким образом, неправильная, неадекватная реакция мамы и папы на детские капризы — наиболее частая причина того, что они повторяются! Ребенка нужно с самого начала приучить к вашей спокойной, твердой реакции на его вспышки гнева, тогда он значительно реже будет использовать такой способ для решения своих проблем и удовлетворения своих желаний, в том числе и в общественном месте.

Ни в коем случае старайтесь не срываться в ответ на детские истерики, как бороться с их появлением? – Только спокойствием. Не кричите, не шлепайте его, так вы только подольете масла в огонь, - он не сможет в таком состоянии осознать «причинно-следственную связь» между своим поведением и болью, которую вы ему причинили. Так вы только ополчите его против себя, приумножите истерическое состояние сейчас, и в следующий раз он уже не станет с вами «церемониться» - просить о чем-то, а сразу учинит скандал.

Детские истерики вообще рекомендуется не удовлетворять, чтобы малыш не требовал. Если все же материнское сердце дрогнет, пообещайте купить ему вожеленную игрушку в следующий раз, при условии, что он будет хорошо себя вести. Только не забудьте, потом **выполнить свое обещание – это крайне важно!**



Старайтесь не становиться причиной детских капризов, если его требование обоснованное или правильное, - разрешите сделать так как он хочет, не доводя ситуацию до тупика. Но если вы все-таки умудрились собственноручно создать конфликт, то постарайтесь выйти из него без больших потерь – не потакайте требованию, прекратите его истерику, но каким-то другим способом: отвлеките, уговорите на следующий раз, предложите что-то взамен....

- **Правило пятое.** Относитесь с вниманием к своему собственному эмоциональному состоянию. Нервозность родителей довольно

быстро передается ребенку, однако это гораздо опасней - в отличие от нас, взрослых, ребенок не умеет сдерживать эмоции долго, ему значительно проще устроить «сцену» - выплеснуть скопившееся неудовольствие.

Если малыш уже «завелся», нельзя поддерживать его в этом: если вы будете хмуриться — он станет дерзким, если повысите голос — он закричит, если начнете его ругать - он станет невменяем. Поэтому будьте бдительны и контролируйте себя - не создавайте цепную реакцию.

Спокойным, уверенным тоном сразу сообщите ребенку, что вы недовольны его поведением. Сойдет даже холодное молчание, если вы боитесь сорваться. Не стоит пытаться образумить крикуна - его не проймешь логическими доводами. Успокоить его сейчас может только немедленное удовлетворение его каприза, а этого делать нельзя, иначе ситуация может повториться уже через час-другой, и так до бесконечности. Часто очень капризный ребенок бывает из-за недостатка к нему внимания взрослых. Случается, что даже родители, тратящие достаточно много времени на ребенка, все равно сталкиваются с этой проблемой, потому что детки все равно чувствуют, что родителям бывают в тягость, от этого и становятся более требовательными и капризными.

Когда такой требующий внимания капризный ребенок, что делать? Старайтесь просто регулярно выкраивать время, которое вы сможете полностью посвятить малышу, не отвлекаясь на телефонные звонки и посторонние разговоры с другими членами семьи. Это сделает ребенка более уверенным, так он гораздо скорее поймет, что взрослым тоже необходимо личное время, что он работает, и мешать им сейчас нельзя.

•**Правило шестое.** Никогда и ни при каких условиях не шантажируйте детей!

Категорически запрещены в общении с детьми, фразы типа: «Если ты не замолчишь сейчас же, я тебя любить не буду...», «Если станешь меня доводить, тогда я умру». Не делайте подобного никогда! Единственное, чего вы сможете добиться таким образом - это научить малыша говорить неправду и прибегать к шантажу, когда что-то понадобится ему. Будете делать так и ожидайте услышать: «Я уйду из дома, если ты будешь заставлять меня делать уроки!», «Я прыгну с крыши, если не отпустишь гулять!» и так далее. А самое страшное, что учитывая особенности детской и

подростковой тонкой психики, вы никогда не сможете быть уверены, в том, говорит он в серьез или нет, просто шантажирует или исполнит свое обещание, если вы с ним не согласитесь.

И еще одно. **Не воспитывайте ребенка отрицанием!** Очень много родителей, почему-то обожает частицу «не». «Не делай этого», «не сиди так», «не говори» и так далее. Наилучшей будет спокойная и позитивная методика воспитания: «Знаешь, можно сделать это иначе: например, так...», «лучше будет сесть вот так...», «если ты скажешь по-другому, будет правильнее...».

• **Правило седьмое.** Когда капризный ребенок перестанет шуметь, когда, буря утихнет, непременно поговорите с малышом ласково о случившемся.

Скажите, что вас очень огорчило его поведение, что вы расстроились из-за его истерики. Но только не отождествляйте ребенка с его поступком – не говорите, что он плохой, капризный ребенок, и прочее. Напротив, уверьте малыша, что вы любите его, не смотря ни на что, и убеждены, что он больше не будет так поступать, постарается впредь вести себя хорошо. Такой разговор крайне необходим, чтобы у малыша не возникло стойкое чувство вины, как это часто бывает после бурных эмоциональных вспышек гнева. Помните, что маленькие детки не умеют управлять и контролировать, ни свое возмущение, ни чувство вины. Когда уже все позади, все прошло, утихло, не упрекайте ребенка, не угрожайте ему наказанием — помните: ребенок в каком-то смысле уже сам себя наказал.



Материал подготовила Возженников Т.М. воспитатель МАДОУ №16