

Капризы ребенка

Каприз (фр. - прихоть, причуда) - стремление детей, прежде всего дошкольного и младшего школьного возраста, добиваться чего-то запретного, недостижимого или невозможного в данный момент. Капризы обычно бывают беспричинны, почти всегда сопровождаются плачем, криком, топанием ног, разбрасыванием первых подвернувшихся под руку предметов. Подчас капризы ребенка нелепы и совершенно невыполнимы. Например, вдруг хочется молока, которого в доме нет, или он хочет ехать именно на грузовом лифте, а пришел пассажирский, или идти в детский сад с мамой, а его ведет бабушка. Зачастую дети, особенно раннего возраста, 2-3 лет, сами не могут понять, чего хотят. И дело здесь не только в том, что многие из них не умеют еще говорить, но и в том, что мыслительных навыков для обобщения своих переживаний и эмоций не хватает. Капризы могут быть мимолетными, могут сохраняться весь день, иногда капризы продолжаются довольно долгий период - месяц-два.

Дети гораздо наблюдательней, чем мы думаем. И прекрасно понимают, что за конфетой, которую мама не дает, надо идти к деду, что гулять надо с папой, так как он покупает "запрещенную" газировку, а если устроишь бабушке истерику, можно получить все и немножко больше. Постарайтесь, чтобы ни один из родных не умалял авторитета другого. Если мама не разрешила, значит нельзя; папа сказал - делай. Ни в коем случае один из родителей не должен отменять запретов другого. Родители не должны позволять ребенку добиваться желаемого с помощью истерик. В то же время, конечно, нужно быть терпеливыми и уметь находить компромиссы.

Рецепты подавления детских истерик могут быть разными. Одни закрывают ребенка в детской с рекомендацией подумать над своим поведением, или просто уходят в другую комнату, давая ему понять, что аудитории у него нет. Некоторым детям, чтобы успокоиться, нужен строгий родительский окрик или более жесткая реакция, наказание. Жалея или наказывая ребенка, нужно помнить, что слезы - обычная детская реакция на боль и обиду - превращаются в орудие эмоционального шантажа родителей и, упустив момент адекватной реакции, мы сами формируем у ребенка патологические черты характера.

Как предотвратить приступы истерики у детей

Научитесь предупреждать вспышки

Дети скорее раздражаются плачем и криком, когда они устали, проголодались или чувствуют, что их торопят. Постарайтесь предвидеть такие моменты: не отправляйтесь в магазин за покупками, когда ваш ребенок проголодался. Собираясь в сад, не предлагайте надеть одежду, которую ребенок не может терпеть.

Переключайте детей на действия

Маленькие дети более склонны реагировать на просьбу родителей сделать что-то, так называемые команды "вперед", чем прислушаться к просьбе прекратить делать что-то. Поэтому, если ваш ребенок кричит и плачет, попросите подойти к вам, дайте ему что-нибудь в руки, вместо того, чтобы требовать прекратить крик. В первом случае он более охотно выполнит просьбу.

Назовите ребенку его эмоциональное состояние

Ребенок может оказаться неспособным выразить словами (или просто осознать) свое чувство ярости. Чтобы помочь ему контролировать свои эмоции, вам следует присвоить им определенное название, например: "Может быть ты сердишься потому, что не получил пирожного". Дайте ему четко понять, что, несмотря на чувства, есть определенные пределы его поведению. Скажите ему: "Хотя ты и рассердился, нельзя кричать в магазине". Это поможет ребенку понять, что есть ситуации, в которых такое поведение не допускается.

Скажите ребенку правду относительно последствий

При разговоре с маленькими детьми часто бывает полезным объяснить последствия их поведения. Объясните все очень просто: "Ты ведешь себя плохо, и мы не позволим этого. Если ты будешь продолжать, тебе придется уйти к себе в комнату".

Если истерика все-таки началась

Прежде всего, нужно взять себя в руки и постараться не раздражаться. Не стоит в момент разыгравшихся страстей пускаться в длинные объяснения, пытаясь достучаться до сознания и совести малыша. К выбору наиболее эффективного метода надо подходить с учетом особенностей ребенка и вашего собственного темперамента.

Наиболее гуманный способ - отвлечь малыша. Как только начнется истерика, резко переключите его внимание на что-нибудь загадочное. Например, он кричит, падает на пол, а вы спокойно открываете шкаф и видите там... удивительную вещь (коробку), которая всегда на этом месте появляется, когда в дом приходит Мышка - Плакушка. И начинайте увлеченно рассказывать эту необыкновенную историю, изучать эту коробку. Ребенок, заинтересуется и притихнет. Однако, этот прием требует большой фантазии и настроения, и не всегда бывает уместен и возможен. Главное - своим поведением игнорировать истерику ребенка.

Если уж дело дошло до того, что он улегся на тротуаре у витрины, колотит ногами, и кричит во все горло: "Хочу!", - то твердо и простыми словами объясните ребенку, почему вы не будете выполнять его требование. Детские истерики в общественных местах нередко рассчитаны не столько на маму (или близкого взрослого), сколько на посторонних. Если вы уступите сейчас, отныне каждое совместное посещение магазина превратится в

кошмар. Конечно, в каждом конкретном случае приходится поступать по-разному, но постарайтесь не реагировать на "советы" посторонних, по возможности переждите эту вспышку, дождитесь, когда аффект станет вялым, продолжайте свой путь в молчании. Потом, по прошествии небольшого времени, когда ребенок успокоится, необходимо обсудить происшедшее : "Что сегодня произошло, как надо было попросить". Объясните, что такими поступками он ничего никогда не добьется.

Не поддавайтесь на провокации. Как только начинается истерика - встаньте и выйдите из комнаты. Пусть кричит, пусть падает на пол и стучит ногами. Подобное шоу рассчитано на зрителя. Понятно, что это зрелище не для слабонервных и родительское сердце обливается кровью. Поверьте, кричать, когда на тебя никто не обращает внимания, неинтересно. Через некоторое время ребенок успокоится и возобновит общение с вами. Лучше дождаться, пока он сделает это сам, так как некоторые дети ждут обращения к ним взрослого, чтобы начать истерику снова. Сразу же переключите его на какое-то действие - принести что-нибудь, разобрать коробку с нитками или бусами, позвонить бабушке и т.п...

В большинстве случаев, особенно, если ребенок старше 4-х лет, полезно бывает наказать, например, лишить сладкого или чего-то интересного. Научите ребенка извиняться за свои поступки, и в следующий раз ему легче будет управлять собой. Но, самое главное - выработайте всем семейством единую линию запретов и поощрений. Нужно учить ребенка выражать свои желания приемлемым способом, объяснять, что криком получить требуемое невозможно, и своим поведением не закреплять у ребенка подобные манипуляции.