



## Как справиться с детскими капризами?

**Спокойствие, только спокойствие!**

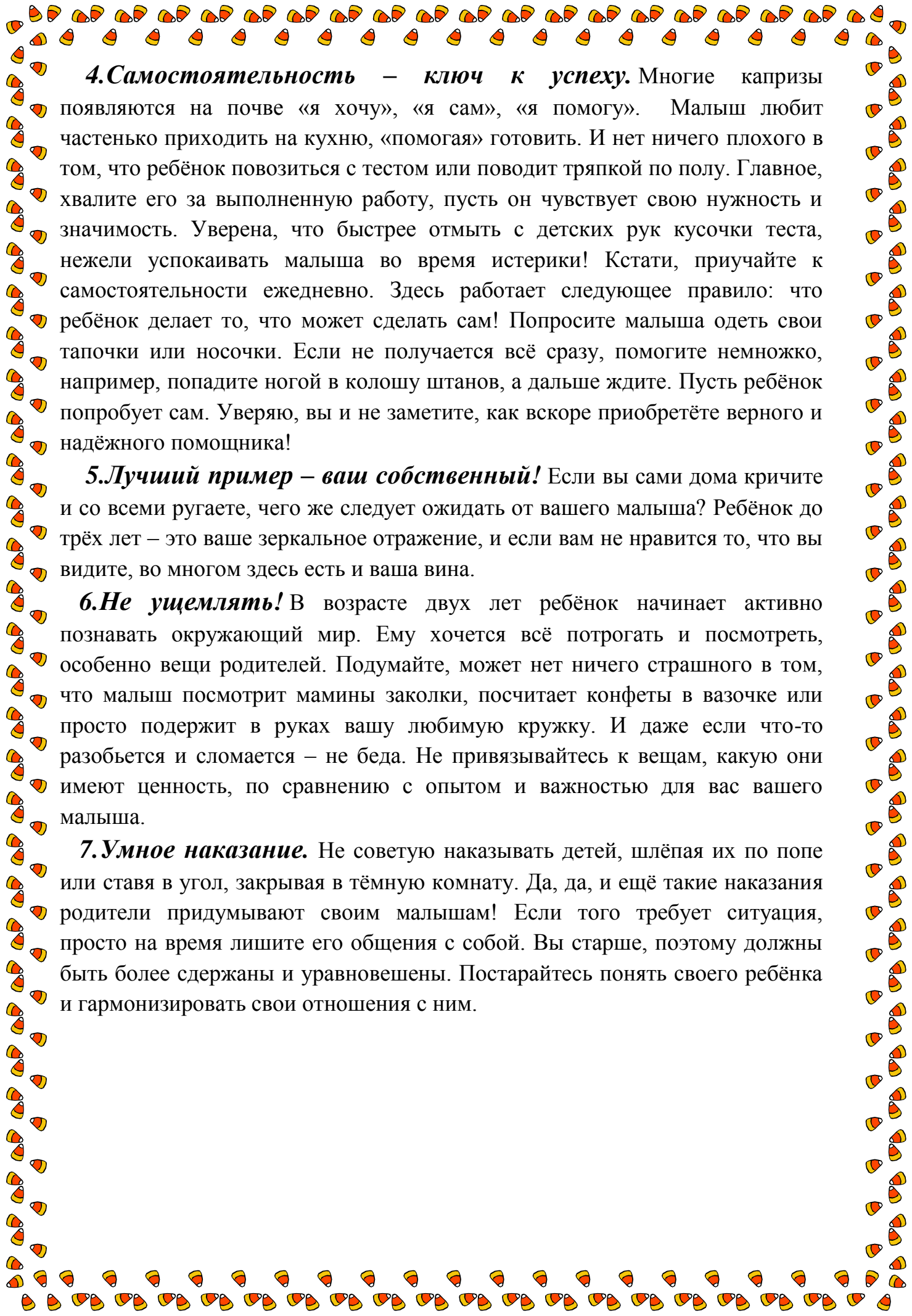
Научитесь относиться к капризам своего ребёнка спокойно. Ещё ни один малыш в мире не вырос без капризов и плача. Если уж случилась истерика, возьмите себя в руки, и постарайтесь не злиться.

Удерживайте себя от рукоприкладства, а то некоторые мамы в запале могут хорошенько отлупить своего ребёнка, о чём в следствие сильно жалеют.

**1. Игнорируем капризы.** Заметьте, что ребёнок капризничает только в присутствии взрослых, ему нужны зрители, люди, которым он покажет свои капризы. В момент крика и истерики просто оставьте ребёнка на время или не обращайтесь на него внимание. Ведите себя естественно, занимайтесь своими делами, словно ничего не происходит. Не спешите сразу же бросаться к малышу и успокаивать его, пусть пройдёт какое-то время. Как правило, после такого поведения, у нас с дочкой наступает полное взаимопонимание, и вот тогда я могу объяснить ребёнку, в чём он был не прав.

**2. Отличаем потребность от каприза.** Постарайтесь выяснить у ребёнка, что он хочет и для чего ему это нужно. Ведь следует помнить, что потребности взрослых и детей очень сильно различаются. Умейте видеть мир глазами своего ребёнка.

**3. Лучше предотвратить, чем получить.** Иногда лучше не создавать претендент на каприз. Например, если вы не разрешаете ребёнку смотреть мультики, тогда спрячьте диск, ноутбук и т.д. заранее, пока ваш малыш не видит. Аргументировано объясните ему, что «ноутбук забрал папа на работу», «диск дали посмотреть тёте, бабушке и т.д.». Найдите альтернативу желаемому занятию, увлеките малыша другими делами.



**4. Самостоятельность – ключ к успеху.** Многие капризы появляются на почве «я хочу», «я сам», «я помогу». Малыш любит частенько приходить на кухню, «помогая» готовить. И нет ничего плохого в том, что ребёнок повозиться с тестом или поводит тряпкой по полу. Главное, хвалите его за выполненную работу, пусть он чувствует свою нужность и значимость. Уверена, что быстрее отмыть с детских рук кусочки теста, нежели успокаивать малыша во время истерики! Кстати, приучайте к самостоятельности ежедневно. Здесь работает следующее правило: что ребёнок делает то, что может сделать сам! Попросите малыша одеть свои тапочки или носочки. Если не получается всё сразу, помогите немножко, например, попадите ногой в колошу штанов, а дальше ждите. Пусть ребёнок попробует сам. Уверяю, вы и не заметите, как вскоре приобретёте верного и надёжного помощника!

**5. Лучший пример – ваш собственный!** Если вы сами дома кричите и со всеми ругаете, чего же следует ожидать от вашего малыша? Ребёнок до трёх лет – это ваше зеркальное отражение, и если вам не нравится то, что вы видите, во многом здесь есть и ваша вина.

**6. Не ущемлять!** В возрасте двух лет ребёнок начинает активно познавать окружающий мир. Ему хочется всё потрогать и посмотреть, особенно вещи родителей. Подумайте, может нет ничего страшного в том, что малыш посмотрит мамины заколки, посчитает конфеты в вазочке или просто подержит в руках вашу любимую кружку. И даже если что-то разобьётся и сломается – не беда. Не привязывайтесь к вещам, какую они имеют ценность, по сравнению с опытом и важностью для вас вашего малыша.

**7. Умное наказание.** Не советую наказывать детей, шлёпая их по попе или ставя в угол, закрывая в тёмную комнату. Да, да, и ещё такие наказания родители придумывают своим малышам! Если того требует ситуация, просто на время лишите его общения с собой. Вы старше, поэтому должны быть более сдержаны и уравновешены. Постарайтесь понять своего ребёнка и гармонизировать свои отношения с ним.

## 7 причин, почему дети капризничают

Даже если у вас нет детей, то вы все равно отлично знаете, что такое детские капризы. Громко вопящий малыш в автобусе, истошно орущий в магазине, не желая уходить от прилавка с конфетами, ревуший на всю улицу ребенок, которого тащит разгневанная мама, - все это только видимая часть проблемы. Основное место для истерик – это, конечно, дом и семья. Очень часто родители беспомощно разводят руками, почему в садике он отличный и спокойный ребенок, а как дома – так сразу истерика и капризы. Прежде чем накричать или наказать ребенка, необходимо определить причину возникновения истерики. Почему дети капризничают? Давайте попробуем рассмотреть основные поводы капризов:

1. В грудном возрасте капризы, как правило, бывают из-за дискомфорта: из-за мокрых подгузников, голода, громкого звука или неудобного положения. Здесь самое главное определить верную причину и вовремя ее устранить, но если вы уже и поменяли памперс, и накормили, и покачали на ручках, перепробовали все средства, то лучше всего обратиться к квалифицированному врачу-педиатру.
2. Также детки любых возрастов часто становятся **капризными перед болезнью**. Если вдруг ваш малыш становится вялым и капризным, сразу идите домой, померяйте температуру ребенку и займите его чем-нибудь спокойным. Очень хорошо будет, если дадите ему чай с малиной или медом. Следите за состоянием его здоровья.
3. Еще одна распространенная причина капризов – это **пора спать**. Достаточно ребенка положить в кровать и вот он уже спит. Но иногда не все так легко, значит нужно искать другую причину. Рассмотрим дальше.
4. Целью капризов очень часто является и **привлечение к себе внимания**, а когда рядом никого нет, то и плакать незачем. Поэтому, если ребенок заметит, что вы остались равнодушной к его истерике, он может успокоиться. Главное тут не поддаваться на его уговоры.
5. Дети довольно тонко чувствуют настроение окружающих. Поэтому нередко причиной капризов может быть и **напряженная обстановка в доме**, ругань, ссоры родителей. Учеными уже доказано, что атмосфера в доме влияет

на формирование характера малыша с самого его рождения. Даже если вы ему мило улыбаетесь, он все равно чувствует, что здесь что-то не так.

**6. Слово «нельзя».** Есть два варианта. Первый, когда родители никогда не говорят это слово. На любой запрет ребенок закатывает страшный скандал с битьем по полу руками и ногами. Настойчивые попытки успокоить его только делают хуже, и он еще больше начинает визжать. Тогда, чаще всего, родители идут на уступки и дают ему то, что он требует, а это только усугубляет ситуацию. И вариант второй. Ребенок всегда слышит слово «нельзя». Ему запрещают все, сначала он соблюдает эти запреты, слушается родителей, но вскоре его терпение лопается и он начинает отстаивать свои права, а это еще больше раздражает родителей. И этот замкнутый круг может длиться месяцами и даже годами.

**7.** Еще одна довольно распространенная причина капризов – это **исследования «что будет, если ...»**. Например, «Что будет, если я пойду туда? Нельзя? А я все равно пойду!» Но вы должны понимать, что это не капризы, это своего рода познания, ребенок растет и ему интересно исследовать мир. Если вы спокойно и твердо ему все объясните, то вскоре (у разных деток по разному: от пару месяцев до двух лет) обнаружите, что малыш четко понимает, что ему можно, а что нет.

Теперь вы знаете основные причины истерик и легко сможете понять, **почему дети капризничают**, а также легко успокоить вашего любимого малыша. Только помните, сначала надо определить причину возникновения каприза, а уже потом пытаться действовать тем или иным способом.

- в воспитании ребенка держитесь золотой середины. Он должен понимать, что не все его желания будут немедленно выполняться.

- будьте последовательны в своих действиях. Не запрещайте сегодня то, что вчера разрешали. Спокойно объясняйте, почему ему это нельзя. И следите, чтоб и вы и муж придерживались одного метода: если папа сказал, нельзя, значит – нельзя.

- приучайте ребенка к самостоятельности. Убирать игрушки, одеваться – он должен все делать сам. Это поможет ему быть ответственным.

Истерики прекратятся, если малыш поймет, что капризы – это не самый лучший способ добиться желаемого, и задача родителей помочь ему в этом.

*Удачи!*

## *10 фраз, которые нельзя говорить ребенку*

Очень часто родители не придают значения, что они говорят своему ребенку, особенно в приступе гнева или раздражительности. А зря! Ребенок ведь как губка впитывает все в себя, а затем по прошествии времени выплескивает все обратно наружу. Вот тогда родители недоумевают: откуда он этому научился, где услышал? А ведь забыли, что неделю, месяц назад сами сказали ребенку. К тому же многие фразы могут принести малышу вред, способствовать развитию различных комплексов и т.д. Поэтому в общении с ребенком следует всегда следить за своими словами, четко помня, какие ни в коем случае нельзя произносить.

### **Итак, наиболее часто встречающиеся ошибочные слова и фразы для родителей.**


**№ 1. «Я тебя не люблю».** Эти слова действительно могут травмировать психику ребенка. У малыша появляется страх, что так и есть на самом деле и он никому не нужен. Представьте сами: каково при этом ребенку? Лучше всегда напомните, что вы любите кроху, даже если он плохо себя ведет и вредничает.

**№ 2. «Я оставлю тебя одного».** Когда ребенок не слушается – родители часто так говорят. При этом в мыслях у малыша «я никому не нужен». Если ребенок это слышит постоянно, то становится замкнутым и неуверенным в себе.

**№ 3. «Тебя чужой дядя заберет или милиционер, или Бармалей!».** Этот прием использовали еще наши мамы и бабушки, ему наверное сотни тысяч лет, но тем не менее, если малыш тревожный, то он начинает всего бояться, находится в постоянном нервном напряжении.

**№ 4. «Ты плохой, вредный, ленивый и т.д.».** Ведь если раз сто сказать об этом, то малыш поверит в это и начнет вести себя соответственно (как фраза из известного мультфильма «как вы яхту назовете – так она и поплывет»). Правильней сказать ребенку, что он поступил нехорошо (а не он плохой), и так делать не надо.

**№ 5. «Дай лучше сама все сделаю!»** Тем самым мы провоцируем у ребенка мысли, что у него не получится, он неловкий. Таким образом, появляется неуверенность в своих силах, и пропадает всякое желание что-либо делать.



**№ 6. «У меня нет времени».** Ребенку необходимо родительское внимание и осознание, что его дела интересны маме и папе. А если папа с мамой постоянно заняты и не могут уделить ему время – он будет искать на стороне родственные души, отдаляясь от семьи. Поэтому всегда уделяйте время малышу. Даже, если в настоящий момент вы заняты, объясните это, но потом, попозже вечером – найдите время и побудьте с ребенком.

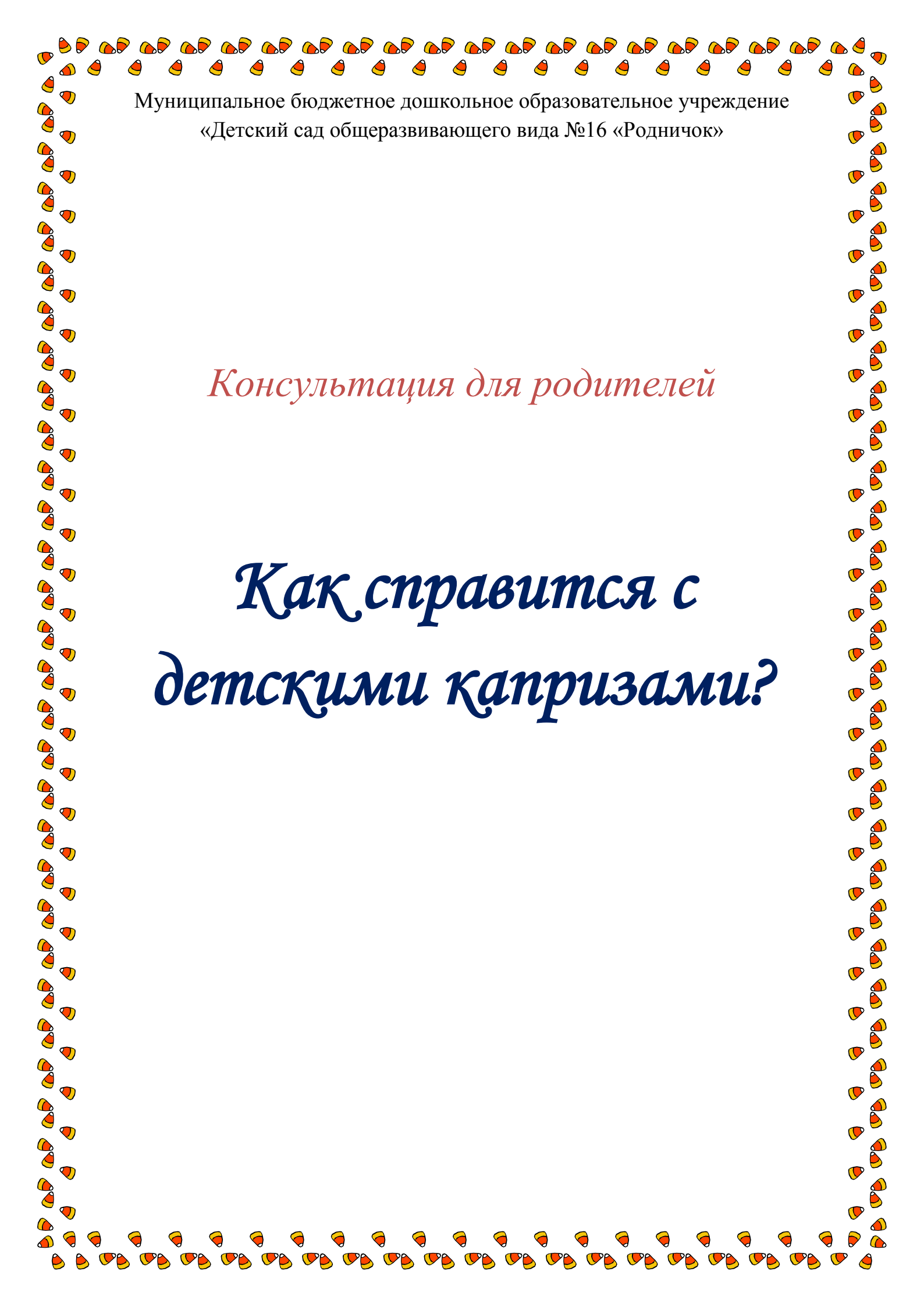
**№ 7. «Твой папа (мама) такой-сякой!»** Дети одинаково любят родителей, поэтому слышать такое очень для них болезненно. А если такое слышать часто, то неминуемо авторитет одного из родителей (или даже обоих) упадет в глазах ребенка.

**№ 8. «Из тебя не выйдет толка, ничего хорошего не получится!».** Это сильно унижает ребенка. Стоит вообще исключить подобные фразы из своего лексикона.

**№ 9. «Не переживай из-за ерунды».** Возможно это для вас ерунда, а для вашего ребенка сломанная или потерянная игрушка – настоящая трагедия. Ведь в его мире это очень важно. Тем самым вы рискуете потерять доверие малыша. Стоит пожалеть ребенка, выслушать его, ведь вы его самый лучший друг и опора.

**№ 10. «Другие дети молодцы, умеют это, делают то...».** С одной стороны, вы действительно можете дать стимул, чтобы ваше чадо что-то делало, а с другой стороны, можете вызвать заниженную самооценку, нездоровое соперничество с другим ребенком, которого ставите в пример, и ревность, что мама и папа его не так уж и сильно любят.

Чаще ставьте себя на место своего ребенка – это поможет избежать вам многих ошибок! Постоянно говорите своему ребенку, что вы его любите, поддерживайте его во всем – и он вам ответит тем же!



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида №16 «Родничок»

*Консультация для родителей*

# *Как справиться с детскими капризами?*