



ТОГАОУ «Котовская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ»

## ***Как предупредить детские капризы?***

Капризное поведение ребенка проще предупредить, чем потом регулярно исполнять пожелания маленького «вымогателя». Какие приемы воспитания окажутся полезными?

Четко выстроенная система «нельзя»

В большинстве случаев именно дети 1-3 лет на запреты реагируют капризами. Следовательно, что, если исключить все запрещенное, ребенок перестанет постоянно закатывать истерики. Это не совсем верный подход.

Запреты должны быть четкие и конкретные. Определенные правила, которые нельзя нарушать — даже по выходным, при болезни или у бабушки. Ведь регулярные запреты как раз и провоцируют протесты. Капризный ребенок рассуждает так — родители иногда разрешают ему смотреть мультики до ночи, а значит, если немного поплакать, они и сегодня сделают исключение. Если бы правило «в 9 спать» работало постоянно, то и слез по вечерам не было бы.



Ребенок должен понимать, когда ему говорят «нет».

Неприятно выглядят страшные истерики в магазине по поводу не купленной игрушки. Ребенок не понимает или не хочет понимать слово «нет».

Одно дело, если плачет годовалый ребенок, — скорее всего, он действительно расстроен, что мама не дала ему вон ту машинку. Гнев и недовольство малыш, естественно, выражает криком — по-другому пока не

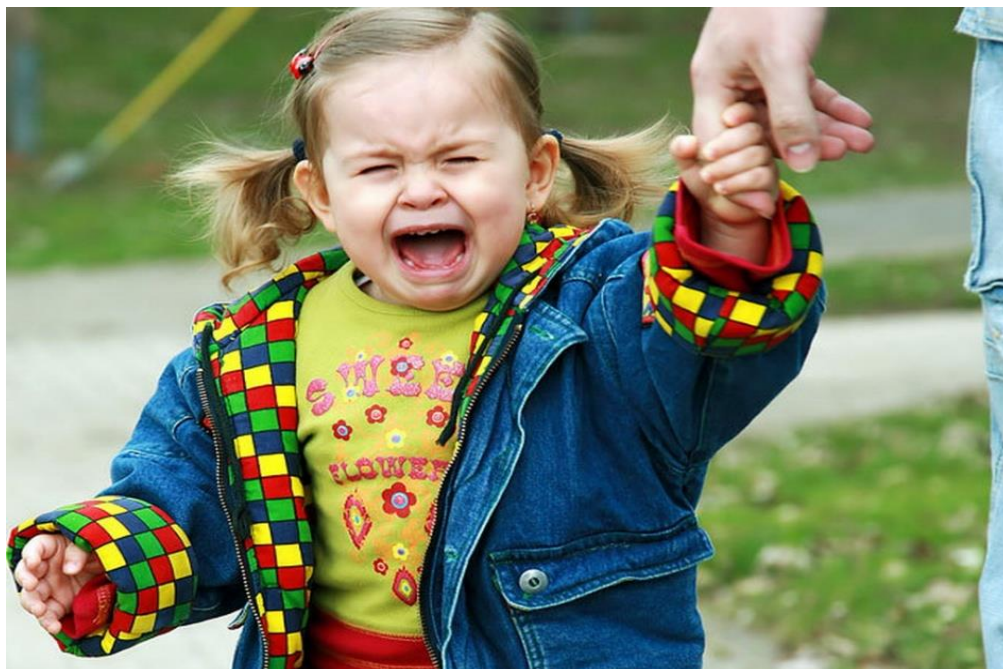
умеет. Тут нужно успокоить ребенка или отвлечь его внимание — стресс как рукой снимет.

Но совсем другое дело, когда такую истерику закатывает ребенок 3-6 лет. Родительское «нет» он воспринимает как призыв к действию. И раз он капризничает, несмотря на разумные доводы родителей, значит понимает — «еще немного поднажать, и мама с папой согласятся на все что угодно». Манипуляция, способ получить желаемое.

Если есть понимание, что родительское «нет» непоколебимо как скала, капризов в 2-4 года, когда ребенок активно прощупывает рамки дозволенного, будет минимум.

Естественно, всем членам семьи необходимо придерживаться одной стратегии воспитания детей.

И конечно, «нет» нужно не выкрикивать в раздражении, а говорить спокойно. И желательно, объяснить свой отказ.



Начались капризы: что делать родителям?

Иногда даже самые послушные малыши капризничают и психуют. Это нормально. Универсальной рекомендации, которая бы помогла моментально погасить истерику ребенка, нет. Ведь сами причины капризов могут быть разными.

С грудничками в возрасте 6 месяцев все более или менее понятно. Нужно взять себя в руки и успокоить малыша. Тут каждый справляется как может — качает, поет песенку, дает любимую игрушку или «грызунок», чтобы снять боль в деснах. Если нужно — покормить, напоить и уложить спать. «Плохие дни» случаются даже у маленьких детей — скорее всего, завтра у ребенка будет настроение получше, он не будет капризничать, психовать и плакать.

Но начиная с года, приемы «покачать и накормить» уже не сработают. Как справиться с ситуацией и быстро погасить капризы?

#### Переключить внимание ребенка

Возможно, малыш и не замыслил ничего плохого — начал капризничать и психовать, потому что устал или заскучал. Попробуйте переключить его внимание на что-нибудь другое. Безотказно работает с детьми 1-2 лет.

Ребенок начал капризничать в магазине? Отвлеките его игрушкой (непременно положить с собой в сумку). Или привлеките малыша к помощи — пусть достает продукты с нижних полок.

#### Использовать разумные доводы

Если ребенок вдруг распсиховался, попробуйте с ним договориться. После 3 лет он вполне способен понять, что за «неправильным» поведением может последовать наказание. Самое время учиться вести мирные переговоры со своим ребенком.

Конечно, обойдемся без угроз и строгих наказаний. Спокойно объясняем, почему именно «нет» и «нельзя». Скорее всего, капризный ребенок внемлет разумным доводам, когда плаксивость носит именно периодический характер.

Если нужно, даем обещание сделать то, что он хочет, в другой раз. Кстати, обещание придется выполнить, чтобы не пошатнуть доверие малыша. Иначе в следующий раз уже не удастся погасить его капризы.



#### Прибегнуть к помощи «зала»

Прекрасный способ отвлечь ребенка 1-2 лет от собственных капризов — позвать на помощь друга, «подставное лицо».

Берем любимую игрушку малыша и говорим: «Мне очень грустно. Пойдем погуляем». Скорее всего, ребенок и забудет, что плакал. Конечно, он понимает, что это мама. Но ему непременно понравится это представление.

### Не оставлять ребенка одного

Когда ребенок капризничает и психует который час, эмоции зашкаливают — кажется, что уже невозможно это терпеть. Найдите в себе силы остаться рядом и поговорить с ребенком. Не оставляйте его наедине со стрессом.

Обнимите, прижмите к себе. Скажите, что понимаете его. Еще раз объясните запрет или, наоборот, необходимость что-то сделать. Если и это не успокоило капризного ребенка, останьтесь в комнате поблизости. Наверняка обиды скоро пройдут.

### Не терять самоконтроль

Родительские крики и строгие наказания не помогут справиться с детской истерикой. Так вы показываете малышу, что совершенно беспомощны перед его капризами. И неважно сколько ему лет — год или уже пять.

Сначала нужно справиться с собственными нервами. Выйдите из комнаты, успокойтесь. Потом можно решать проблему — уговорами, разговором «по душам» или отвлечением внимания.