

Нежелательное поведение – Капризы

Подсказки родителям «Почему ребёнок капризничает»

Дети 1-2 лет

Кажется, что еще вчера ребенок был милым ангелочком, а сегодня он стал плаксивым и капризным. Здравствуй, кризис одного года. Зачастую именно с этим связаны перемены в поведении малыша.

Это первый возрастной кризис ребенка, с которым сталкиваются родители. Начинается примерно в год-полтора, а заканчивается к 2 годам. Психологи характеризуют этот период как начало становления собственного «Я».

Малыш мало-помалу начинает осознавать себя автономной личностью. У него зарождается целеполагание, когда «я хочу» перерастает в «надо добиться». Любым способом — иногда криками и истериками. Ребенок активно познает мир — когда ему по той или иной причине запрещают это делать, капризы становятся способом добиться желаемого. И да, малыш учится манипулировать родителями. Наблюдает за их реакцией на разные свои действия, прощупывает границы дозволенного. Важно не упустить момент, когда «настоящие» капризы перерастут в способ эмоционального шантажа.

Но не забываем, что ребенок может капризничать и психовать по совершенно «банальным» причинам – переутомился или заболел.

Дети 3-4 лет

Капризы ребенка в этом возрасте — вполне нормальная реакция на обиду или стресс. Он пока не может «правильно» справиться с эмоциональными нагрузками.

И как раз сейчас ребенок вступает в очередной возрастной кризис, который начинается в 2,5 года и заканчивается к 4 годам. Сложный период и для самого малыша, и для его родителей. Психологи еще называют его кризисом негативизма. Ребенка будто подменили. Он капризный, плаксивый, раздражительный, на все отвечает «нет».

Психологи говорят, что это следствие становления собственного «Я» у малыша. Бессознательно он пытается отделиться от мамы и папы, доказать им, что сам все может. Вот откуда настоящие бунты против правил, установленных родителями, — крики, истерики, слезные капризы. Ребенок пока не может по-другому доказать свою самостоятельность и отстоять мнение, он психует и орет. А некоторые огрехи в воспитании только усугубляют ситуацию — например, излишняя строгость родителей.

Ребенок 3-4 лет уже достаточно хорошо понимает, что такое «хорошо» и «плохо», «нельзя» и «можно». Малыш вполне способен на хитрые манипуляции, оттого и капризный частенько. Он успел понять, что громкие истерики в супермаркете обычно помогают «выпрашивать» игрушки, а слезы на детской площадке непременно продлят время прогулки.

Капризный ребенок в возрасте в 3-4 года — сигнал для родителей, призыв пересмотреть свои подходы к воспитанию. С чего все началось? В какие моменты ребенок становится невыносимо капризным?

Уйдет первопричина, прекратится и «неправильное» поведение.

Дети 5-7 лет

Капризы у детей в этом возрасте даже капризами сложно назвать. Скорее, это устоявшаяся норма поведения, привычка добиваться своего не диалогом, а криком и плачем. Манипуляции в чистом виде. Скорее всего, родителями упущен тот самый важный момент, когда еще можно было изменить свою реакцию на протесты малыша.

Поведение ребенка меняет и школа. Ему сложно перестроиться на новый режим после детского сада. Отсюда слезливость и порой неадекватная реакция на происходящее вокруг, нежелание ходить в школу, неважное поведение на занятиях. Проблемы усугубляются плохой социализацией и неуверенностью в себе. Ругать и «учить жизни» капризного ребенка бессмысленно. Важно помочь ему преодолеть очередной возрастной кризис. Когда ребенок адаптируется к школе, уйдут и проблемы с частыми капризами.

«Профилактика» детских капризов: 3 важных рекомендации

Гораздо проще предупредить капризное поведение ребенка, чем потом «лечить» это сто раз на дню. Какие приемы воспитания окажутся полезными?

Четко выстроенная система «нельзя»

Дети 1-3 лет в большинстве случаев именно на запреты реагируют капризами. Получается, что, если убрать все «нельзя», ребенок перестанет постоянно закатывать истерики. Нет, не совсем верный подход. Хотя бы в целях безопасности ребенка запреты должны существовать. Не говоря уже о нормах воспитания.

Но это должны быть четкие и конкретные запреты. Эдакие непоколебимые правила, которые нельзя нарушать — даже по выходным, при болезни или у бабушки. Систематические же «нельзя» 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, что такое «нет»

Почему случаются те страшные истерики в магазине по поводу некупленной 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.

Тут опять же вопрос в четко выстроенной системе запретов. Психологи советуют всем членам семьи придерживаться одной стратегии воспитания детей. Иначе с мамой,

которая периодически вместо «нет» говорит «да», ребенок будет особенно капризным — с папой-то это не поможет добиться желаемого.

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

Долой гиперопеку

Психологи советуют не делать за ребенка то, что он вполне способен выполнить самостоятельно. Плохая родительская привычка, которая со временем может стать триггером истерик и капризов. Если раз за разом выполнять за ребенка простейшие задачи — убирать за него разбросанные игрушки или одевать по утрам в детский сад — в один прекрасный момент можно услышать вполне закономерные «не хочу» и «не буду» плаксивым голосом. А зачем ребенку стараться, если мама и сама все прекрасно сделает? Он капризный, несамостоятельный, нерешительный.

В целом, гиперопека — неважный помощник в воспитании малыша. Уже в год вместе с ребенком можно убирать его игрушки, показывая ему, как правильно это делать — это закрепление полезных установок поведения. А значит в 2-3 года никаких капризов по поводу того, что нужно убраться.

Начались капризы: что делать родителям

Даже самые послушные малыши капризничают и психуют. Это нормально. И нет универсальной рекомендации, которая бы помогла моментально погасить истерику ребенка. 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 (непреренно положить с собой в сумку). Или привлечите 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.

Действовать от противного

На трехлетку вдруг накатил «приступ» негативизма, он капризничает и психует, как это бывает в период возрастного кризиса? Когда он на все говорит «нет», попробуйте действовать от противного.

Если хотите пойти направо, говорите, что вам налево. Скорее всего, малыш начнет шагать именно направо. А когда нужно накормить ребенка мясом, скажите, что тот аппетитный кусочек ему совсем нельзя. Наверняка съест с удовольствием. Периодически, когда позволяет ситуация, можно справляться с детскими капризами именно так.

Подавить негативные эмоции ребенка шуточным боем

Если ребенок закатил истерику или капризничает дома, можно предложить ему шуточный бой подушками или мягкими игрушками. Прекрасный способ выплеснуть стресс и негативные эмоции — направить гнев в мирное русло.

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.

Список литературы

Р. Хазиева «Детские капризы. Практическое руководство для родителей непослушных детей»

Е. Корнеева «Детские капризы. Что это такое и как с этим бороться».

https://studopedia.ru/26_117318_rekomendatsii-knigi-o-detskih-kaprizah.html