

РЕБЁНОК УЛЫБАЕТСЯ – ЗНАЧИТ ОН ЗДОРОВ.

Уважаемые родители! Уж коли взяли вы на себя этот нелёгкий труд – быть родителями, придётся изучать все тонкости одной из величайших наук в мире – наука воспитания детей. А это ох как непросто, не говоря о том, что ещё труднее теорию воспитания применить на практике, да ещё к собственному ребёнку.

Представьте себе, что вы собираетесь на работу, очень спешите, а ваше любимое чадо начинает ни с того ни сего капризничать, плакать, а то и биться в истерике. Вы хватаетесь за голову и не знаете, что предпринять. Или за столом малыш вдруг отказывается от еды, кричит, бросает ложку, и никакими силами не удаётся успокоить его и накормить. Бывает, малыш отказывается спать. Среди ночи он вдруг начинает громко звать вас, не помышляя о сне. Он как бы испытывает ваше терпение, а вы с полузакрытыми глазами, с трудом борясь со сном, сидите у кровати и рассказываете ему в третий раз одну и ту же сказку. Что с ним происходит?

Оказывается, в возрасте от 1 – 3 лет ребёнок проходит перестройку, в процессе которой он приобретает новый опыт, начинает больше понимать, острее переживать эмоциональные конфликты. Именно в это время малыш и начинает капризничать, узнав, что на свете кроме слова «да», существует и слово «нет». Некоторые психологи называют этот возраст «первым возрастом упрямства». Вот так неожиданно ваши вроде бы до этого покладистые и сынишки или дочурки становятся капризными и строптивыми, упорно отказываются выполнять какие-то требования, при этом они могут вести себя очень некрасиво: топтать ногами, плакать, кричать, швырять всё, что попадает под руку, бросается на пол, стараясь таким способом достичь желаемого. Причины таких истерических припадков обычно очень просты, но взрослому не всегда удаётся сразу их распознать.

Итак, почему же ребёнок капризничает? Существует несколько вариантов ответа на этот вопрос.

Вариант первый. Ребёнок капризничает, плачет, если его что-то беспокоит, он болен, но сам этого не понимает. Ведь маленькие дети не могут чувствовать, что происходит в их организме, так, как это чувствуют и понимают взрослые.

Второй вариант. Малыш хочет привлечь к себе внимание. Он выбрал такой способ пообщаться с вами, потому что ему не хватает вашего общества, вашей любви. Потребность в «нужности другому» является одним из базовых потребностей человека.

Вариант третий. Капризничая, ребёнок хочет добиться чего-то очень желаемого, а именно: подарка, разрешения гулять или ещё чего-то, что родители запрещают из каких-то непонятных малышу побуждений.

Вариант четвёртый. Ребёнок выражает протест против чрезмерной опеки и демонстрирует желание быть самостоятельным. Это вполне естественно, если вы придерживаетесь авторитарного стиля воспитания, ведь он хочет быть самостоятельным, а вы постоянно им руководите: «Ты наденешь эту рубашку!», «Этого делать нельзя!», «Перестань смотреть по сторонам!» и т.д.

Вариант пятый. Никакой причины, которая могла бы вызвать истерику, нет. Просто это выражение конфликта ребёнка с самим собой. А может быть, он сегодня не выспался? Или очень устал за день и поэтому раскапризничался? Ваши семейные ссоры, скандалы тоже могут повлиять на его настроение. Подумайте, проанализируйте всё. Как говорил Януш Корчак, «ребёнок недисциплинирован и зол потому, что страдает». В причинах его страдания и кроется ответ на вопрос, почему он капризничает

А теперь, когда мы знаем, из-за чего может капризничать наш малыш, мы можем поговорить о том, как отвлечь его от этих капризов.

Одним из способов справиться с детскими капризами и истериками – переключит внимание ребёнка на что-то другое. Например: «Ой, какие большие слёзы пропадают! Давай их в бутылочку соберём!» или: «Смотри, на плече у тебя капризка сидит и плачет. Давай её прогоним!» можно отвлечь внимание малыша каким-то новым ярким предметом или предложить ему интересное занятие. Например, посмотрите с ним мультфильм или почитайте любимую сказку.

Можно предложить ребёнку участвовать в выбранном вами занятии (в уборке квартиры, приготовлении пищи и т.д.), либо вместе решить, что вы будете делать. А можно и самим подключиться к занятиям малыша. Перестать на время быть строгим родителем, стать равноправным участником какой-нибудь детской игры. Когда ребёнок подключается к вашим делам, он ощущает свою нужность, приобщается к миру взрослых. Если вы вместе решаете, чем заняться, он приучается к демократическому общению: усваивает способы, как выбрать то, что нравится всем, а не ему одному.

Например, *поиграть* в семью. Играя в детскую игру, вы учитесь понимать малыша, а ребёнок чувствует свою значимость (ведь в играх он всегда главный, а родитель – лишь ученик). Возьмите себе роль ребёнка, а ваш малыш пусть будет отцом или матерью. Играя роль взрослого, он будет использовать опыт, полученный в семье, и вы увидите себя как бы со стороны. А это иногда полезно! Но самое главное, что ребёнок получает удовольствие от совместного общения, чувствует родительскую любовь и сам становится более понимающим и нежным. И вообще, совместные игра – очень хороший отвлекающий маневр для ребёнка, который капризничает. Некоторые из них я хочу вам предложить. «Солнышко и дождик», «Прятки», «Чепена», «Суша и вода», «Жмурки». (приложение)

Если в самый ответственный момент вы, как назло не можете вспомнить ни одной игры, попробуйте их изобрести, ведь всё гениальное очень просто! Например, предложите ребёнку пойти погулять и устройте соревнование «Кто быстрее оденется» или «Кто быстрее добежит до прихожей». Можно организовать игру «Одень меня». Пусть ребёнок одевает на прогулку вас, а вы - его. Вам надо играть роль неумелого ребёнка и надевать всё неправильно. Пусть малыш смеётся над вами, главное – успокоить его, снять нервное напряжение.

Помните, даже самая хорошая игра не должна быть затяжной, только тогда она заинтересует и развеселит ребёнка.

Выбирайте игры соответствующие времени суток: перед сном – спокойные, тихие; после сна – более шумные и подвижные.

Играйте с ребёнком охотно. Если вы только делаете вид, что играете, а голова занята другими делами, он сразу это поймёт, ведь дети очень чуткие к фальши.

Так же капризного малыша можно отвлечь, предложением *порисовать* вместе. Ведь в возрасте от 1 до 5 лет все дети очень любят это занятие. Оно способствует умственному и творческому развитию ребёнка, приучает его к самостоятельности.

Предложите ребёнку порисовать карандашами, фломастерами, красками, чернилами. Положите перед ним большой лист бумаги и нарисуйте что-нибудь сами. Я уверена, он не устоит и начнёт рисовать вслед за вами. Ни в коем случае не относитесь к его художествам снисходительно - насмешливо, подбадривайте и хвалите его. И он увлечётся этим интересным делом.

Если вам, дорогие родители, действительно хочется, что бы ваш ребёнок улыбался, а не капризничал – чаще смотрите на мир его глазами, чтобы понять, какими он видит семью, вас, себя. Многие из нерешённых проблем станут более понятными, и вы избавитесь от трудностей воспитания.