

КАПРИЗЫ РЕБЕНКА

Обратите внимание, насколько эмоционально ребенок говорит свои «не хочу - не буду». Если он кричит и топает ногами, то пытаться привести какие-то доводы в этот момент бесполезно. Если он говорит спокойно, он готов вас услышать.

Если ребенок в истерике, не пытайтесь объяснить ему что-то, ваша задача - погасить истерику, а не разжигать ее. Годовалому ребенку, отказавшемуся есть кашу, можно предложить поиграть (например, он - космический корабль, а каша - топливо и т.д.). С детьми постарше такой фокус уже может не пройти, переключите внимание ребенка, чтобы он успокоился. Если же время поджидает, а одеться, например, совершенно необходимо, быстро и без лишних эмоций оденьте ребенка сами. Потом, когда он успокоится, обсудите с ним эту ситуацию.

Определитесь для себя, какие из ваших требований обязательны, а в каких вы готовы идти на уступки. Если требование обязательно, будьте тверды при взаимодействии с ребенком, настаивайте на своем, а при первой возможности поясните, почему это так необходимо («Я не могу позволить тебе в мороз выйти гулять без шапки, потому что ты заболеешь»). Если же не столь необходимо, то будьте готовы выслушать ребенка и пойти ему навстречу, если для него это, в самом деле, важно. При этом приучайте ребенка, что вы услышите его несогласие только тогда, когда он выразит его спокойно, без криков и истерик.

Если вы знаете, что ребенок склонен протестовать, предпримите меры для «профилактики». Заранее предлагайте ребенку альтернативу: «Ты поешь суп сейчас или после мультфильма?». Любые прямые указания только усиливают протест, ведь ребенок протестует не против супа, а против навязывания ему чужой воли.

С маленькими детьми хорошо работает метод «наоборот», особенно превращенный в игру. Предложите ребенку: «Давай я буду тебя просить не есть эту кашу, а ты будешь меня не слушаться, а я на тебя как будто сердиться».

Если есть время, обязательно поинтересуйтесь у ребенка, почему он не хочет или не будет, и постарайтесь убедить его. Если времени нет, а сделать что-то необходимо, сделайте по-своему, но потом обязательно найдите время, чтобы пояснить ребенку, почему вы так поступили.

Не меняйте свою позицию, если ребенок начинает протестовать на публике. Конечно, не хочется привлекать к себе излишнее внимание, но если вы будете менять свои требования в зависимости от этого, ребенок быстро поймет, каким образом нужно добиваться своего.

Не злоупотребляйте приемом «Ну и не делай!» («Ну и оставайся тогда на площадке, а я пошла», «Ну и ходи голодный» и так далее). Этим вы как бы показываете ребенку, что, в принципе, ваше требование не так уж и важно. Если оно, действительно, не так важно, скажите без обиды и манипуляции: «Хорошо, мы можем погулять еще немного, но недолго, потому что...». Если же оно важно, то не играйте с ребенком, а твердо и уверенно настаивайте на его выполнении.

Закрепите существующие в семье правила письменно. Желательно сделать это в спокойной обстановке, вспоминая и записывая (зарисовывая) их вместе с ребенком. Зафиксируйте их именно как семейные правила, распорядок дня и так далее, пропишите все проблемные моменты. Позже при возникновении конфликтных ситуаций обращайтесь именно к этому «договору». Это звучит для ребенка совсем иначе, чем ваше личное требование. Тот же момент отслеживайте и в своих формулировках: не «Быстро собери свои игрушки», а «Посмотри-ка, 20:00 - пришло время собирать игрушки и готовиться ко сну».

Непростая ситуация с детскими «не хочу - не буду» чаще всего злит и раздражает, особенно если повторяется регулярно. Эмоции мамы и папы еще больше заводят ребенка, часто превращая ситуацию в самый настоящий конфликт. Попробуйте начать с того, чтобы принципиально изменить свое отношение к ситуации. Это непростая, но интересная задачка, в которой вам предстоит проявить свою родительскую интуицию, проницательность и изрядную долю творчества!