

Рекомендации психолога по преодолению упрямства и капризности у детей

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению «приступ», но не очень волнуйтесь за ребёнка.

Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.

Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда «приступ» ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.

Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.

Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление "сломать силой авторитета".

Спокойный тон общения, без раздражительности.

Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь идет о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, и когда можно и нужно хвалить:

1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:

- достигнуто не своим трудом.
- не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).
- из жалости или желания понравиться.

2. НАДО ХВАЛИТЬ:

- за поступок, за свершившееся действие.
- очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.
- уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).

1. НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ КОГДА:

- ребёнок болен, испытывает недомогание или только оправился после болезни, т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.
- когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.

- во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки).
- после физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете его за это, считая, что он виноват).
- когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался.
- когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны.
- когда вы сами не в себе.

7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:

- наказание не должно вредить здоровью.
- если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том, что совершённое действие вообще требует наказания, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя).
- за 1 проступок – одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).
- лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
- надо наказывать и вскоре прощать.
- если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребёнку, за что и почему он наказан.
- ребёнок не должен бояться наказания.

Таблица правильных и неправильных поступков

Правильно	Неправильно
Любить ребенка, таким какой он есть	Любить ребенка за его достижения
Поощрять самостоятельность ребенка	Делать за ребенка то, с чем он способен справиться сам
Дарить подарки искренне	«Откупаться» от ребенка игрушками
Игнорировать истерики ребенка	Превращать истерики ребенка в спектакль
Придерживаться единой тактики воспитания в семье	Предъявлять к ребенку противоречивые требования
Учить ребенка соотносить свои желания с желаниями и возможностями других	Стараться удовлетворять все запросы ребенка
Отказывать ребенку в приобретении новой игрушки, объясняя причину	Мотивировать свои отказы «надуманными» причинами или вовсе не говорить ребенку о своих мотивах
Уважать потребность ребенка в собственном волеизъявлении	Подавлять его волю для того, чтобы подчеркнуть главенствующую роль