

Дитячі капризи та маніпуляції

(Консультація для батьків)

Що стоїть за дитячими капризами і як на них реагувати

Нервова система у дітей - не така стійка, як у дорослих. Тому всі дітлахи періодично вередують. Розповімо про причини дитячих капризів і про те, як з ними впоратися.

Малюк «ниє». Відмовляється виконувати просту вимогу. Не хоче продовжувати шлях самостійно і проситься на руки. Знайома картина? Дорослі оцінюють це як каприз. Адже у такої поведінки «немає підстав».

Каприз як спроба привернути до себе увагу

Насправді причина завжди є.

Дитячі капризи трапляються через:

втому,

фізичний або моральний дискомфорт,

бажання перевірити межі дозволеного,

прихованого нездужання.

Уважні батьки помічають, що істерики трапляються зазвичай далеко від дому. Коли дитина втомилася, зголодніла, не отримує достатньо уваги. Тому попередити капризи можна, просто дотримуючись режиму. Не затримуйтесь довго в магазині, не відвідуйте місця великого скупчення людей. Не займайтеся справами, повністю ігноруючи настрій дитини. Вона погано контролює свої емоції. І перенапруження нервової системи обертається примхливою поведінкою.

Важливо! Найчастіша причина капризів - **відсутність уваги**. Часом доброго слова і посмішки достатньо, щоб «ниття» припинилося.

Примхи як маніпуляція

У дитини мало способів впливати на батьків. Вона ще не вміє наводити аргументи і доводи, зважувати «за» і «проти». Тому каприз - найкоротший і найефективніший спосіб впливати на дорослих.

Вдалося швидко припинити істиерику покупкою нової дзиги? Не варто радіти. Адже ця модель поведінки стане звичною для дитини. Отримавши один раз в бажане за допомогою капризу, вона обов'язково «повторить» своє досягнення в наступний раз.

Зверніть увагу! Діти - маленькі маніпулятори. Вони вередують тому, що у них немає можливості по-іншому вплинути на ситуацію.

Дитина точно знає, кого з членів сім'ї можна розжалобити істерикою, а кого не можна. Буває так, що в магазині з мамою вона влаштовує показові ридання. А з татом поводить себе спокійно, врівноважено і не вимагає нових бейблейдів (машинок, конструкторів). Тому важливо дотримуватися обраної лінії поведінки. І не міняти свої рішення кожен раз, коли малюк намагається вами маніпулювати.

Каприз як спроба заявити про свою самостійність

Найчастіше батьки стикаються з капризами у віці від 3-х до 5-ти років. Саме в цей період дитина починає ідентифікувати себе як самостійну особистість. Примхи стають засобом заявити про свою самостійність, дізнатися межі дозволеного, заявити про свої бажання.

Важливо! Найчастіше з капризами стикаються авторитарні і дуже добрі батьки. У першому випадку дитина демонструє протест проти надмірних заборон. У другому - маніпулює батьками, які згодні для неї на все.

Що робити, якщо дитина вередує?

Діти не вередують, якщо отримують достатньо уваги. Або захоплені цікавою справою. Тому є два простих способи впоратися з примхами: приділити дитині увагу і доручити їй цікаву справу.

Важливо в такий момент утриматися від фраз:

«Як ти набрид зі своїм ниттям!»

"Займися чим небудь"

"Я теж втомилася"

«Коли ти кричиш, я тебе не люблю» і т.д.

Слова «набрид» і «не люблю» ще більше ранять малюка. І каприз може перейти в справжню істерику. Радити «зайнятися чим-небудь» не має сенсу. Дитина і вередує тому, що м'які іграшки і кубики набридли. Вона не може знайти собі справу.

Правильні фрази звучать так:

"Я тебе розумію"

«Я бачу, що ти сердишся»

«Ми постараємося скоро повернутися додому (купити води, піти з магазину)».

«На жаль, я не можу придбати нову іграшку прямо зараз. Обговоримо це вдома»

«Принеси свою улюблену гру і все приготуй. Зараз я закінчу і пограю з тобою».

Щоб зрозуміти причину капризів, важливо поставити себе на місце дитини. Ви зайняті справами, купуєте продукти або виконуєте термінове замовлення. Малюк відчуває себе покинутим, від цього йому тривожно. Каприз - хороший спосіб привернути до себе увагу.

Візьміть на замітку! Спочатку малюк пробує звернутися до зайнятих батьків спокійно. Але у відповідь реакції не отримує. Якщо ж дитина заплаче, вся сім'я збіжиться подивитися, що трапилося. Її, принаймні, вислухають. Якщо закріпити таку модель виховання, то капризи неминучі. З віком вони будуть тільки посилюватися.

Чому дорослі потурають дитячим капризам

Перша причина банальна - брак часу. Дорослі завжди зайняті і звикли вирішувати проблему з найменшими втратами часу. В даному випадку швидше - поступитися і виконати бажане (наприклад, купити машинку або робота-трансформера). Але якщо завжди слідувати таким сценарієм виховання, потік примх буде тільки рости.

Друга причина - хронічна втома. Мама втомлюється від походу в магазин більше, ніж дитина. Їй доводиться думати про безпеку на дорозі, незручну коляску, список продуктів. У такому стані важко контролювати свої емоції і спокійно реагувати на протести дитини.

Чим каприз відрізняється від істерики?

Каприз - сигнал про те, що дитина незадоволена або відчуває дискомфорт. У такому випадку ситуацію ще можна взяти під контроль. Істерику контролювати не вийде. Потік емоцій не закінчиться до тих пір, поки не «сяде батарейка».

Чому татові легше впоратися з примхами, ніж мамі? Мама почуває з малюком тісний емоційний зв'язок. Їй важче зберігати спокій, коли малюк кричить, демонструє невдоволення. Його настрій миттєво передається їй. В такий момент мамі важко не реагувати на сльози. Папі зробити це простіше.

Як запобігти примхливій поведінці?

Перш за все слід зрозуміти, що капризи для дитини до 5-ти років - це нормальне явище. У малюка просто немає інших інструментів, щоб впливати на дорослих. Згодом він обов'язково навчиться іншим способам комунікації.

Щоб звести капризи до мінімуму, слід:

Організувати розпорядок дня і чітко його дотримуватися. У дитячому садку дітям ніколи вередувати. Весь день у них розписаний по хвиликах.

Стежити за тим, щоб малюк не перевтомлювався, не відчував спраги і голоду.

Виконувати свої обіцянки. Дитина починає демонструвати невдоволення, коли відчуває себе обдуреною.

Виключити фактор нудьги. Активно залучати малюка до участі в сімейних справах.

Стежити за своїми емоціями. Діти щохвилини спостерігають за нами, копіюючи наші моделі поведінки.

Якщо істерика все-таки трапилася, кращий спосіб поведінки - зберігати спокій і витримку. Не можна відповідати емоціями на крик і сльози. Не можна вступати в емоційну суперечку з дитиною, яка на 25-30 років молодше вас. Потрібно:

обійняти малюка;

сказати, що ви його любите, і розумієте його стан;

переключити увагу на іншу подію;

заспокоїти себе за допомогою заняття, яке упорядковує думки (бісероплетіння, пазли, магнітний неокуб).

Найпростіший спосіб - звернути на нього увагу, поговорити з ним спокійно і ласкаво. «Так, я розумію що ти втомився. Так, автобус дуже довго їде. Так, 3D ручка виглядає заманливо, але поки вона не входить в наші плани ». Якщо дитині дійсно потрібна нова іграшка, краще обговорити це вдома, в спокійній обстановці, а не під тиском істерики.

Важливо! Причиною капризу може стати початок захворювання. Якщо немає ніяких явних причин, але малюк все одно вередує, можливо, він відчуває нездужання. Виміряйте температуру, поспостерігайте за ним якийсь час.

Підведемо підсумки

По суті, каприз - це закодований спосіб донести інформацію. Якщо правильно розшифрувати код, впоратися з примхливою поведінкою не складе труднощів. Діти, як і дорослі, не можуть контролювати свої емоції за наказом. Говорити: «Заспокойся» і «Припини зараз же» - безглуздо. Необхідно створити атмосферу, в якій дитина заспокоїться сама.