

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ...

ААААА!
БАРМАЛЕЙ!

Не буду
одеваться!

Ну за что
не лягу
спать!

Не буду
есть
эту кашу!



Марина Внукова
Что делать, если
ребенок не хочет...
Серия «Психология детства (АСТ)»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11610578

*Что делать, если ребенок не хочет... / Марина Внукова: АСТ; Москва;
2014*

ISBN 978-5-17-082529-5

Аннотация

Что сводит с ума родителей чаще и сильнее всего, так это капризы их детей. На самое обычное предложение – помыть руки, подготовиться ко сну, убрать игрушки – ребенок отвечает или молчаливым неповиновением, или бурным протестом. Подобная реакция приводит родителей в панику. Что делать с ребенком? Потакать? Наказывать? Из этой книги вы узнаете, как понять, из-за чего именно капризничает ваш малыш, как с ним договориться, как успокоить его и успокоиться самим, что сделать для того, чтобы ваша жизнь не омрачалась детскими слезами и капризами. Мы поможем вам найти подход к своему ребенку, тогда и капризов станет гораздо меньше. Главное – любить своего ребенка и относиться к нему с пониманием!

Содержание

Детские капризы	4
Капризы у ребенка в возрасте до года	11
Капризы у ребенка в возрасте от 1 до 3-х лет	13
Капризы у детей в возрасте 5 лет	24
Как справляться с капризами	26
Как отвлечь ребенка от капризов	30
Потешки	31
Загадки	35
Игры	38
Не буду одеваться	46
Как надеть	54
Конец ознакомительного фрагмента.	57

Марина Внукова
Что делать, если
ребенок не хочет...

Детские капризы



В любой семье с рождением малыша практически сразу появляется проблема – ребенок плачет! Что делать? Как понять, плачет ли малыш по какой-то серьезной причине или он просто капризничает? Даже когда дети подрастают, становятся старше, родителям не всегда удается понять, почему они капризничают, нередко доходя до истерики и доводя

до полного отчаяния маму, папу, а заодно и бабушку с дедушкой. Как бороться с капризами ребенка? Как найти правильный выход из таких ситуаций? И почему все-таки капризы возникают, и что необходимо делать, чтобы прекратить их? К сожалению, часто родители просто не знают, как справиться с детскими капризами. А для этого в первую очередь необходимо научиться определять, в каком случае слезы ребенка – это просто детские истерики и капризы, а в каком – сигнал тревоги, с помощью которого малыш сигнализирует взрослым о том, что с ним не все благополучно.

Что такое детские капризы? Слово «каприз» пришло к нам из французского языка и переводится как «упрямство, упорство; прихоть, причуда».

В словаре-справочнике для родителей (под редакцией Л. Г. Гуслияковой и С. Г. Чудовой) говорится, что детские истерики и капризы – это «особенность поведения ребенка, выражающаяся в нецелесообразных и неразумных действиях, в необоснованном сопротивлении требованиям взрослых, в стремлении настоять на своем». Насчет «нецелесообразных» можно поспорить, ведь капризничая, дети как раз и добиваются какой-то своей цели. Капризы, как правило, сопровождаются плачем или даже криком ребенка, а возбуждение выражается резкими движениями. Ребенок топает ногами, машет головой или руками, иногда даже может упасть на пол.

В разном возрасте и капризы бывают разными. Грудной

ребенок плачет чаще всего по причине какого-либо дискомфорта, и это сложно назвать капризом. Скорее, это просьба о помощи. В возрасте одного года, трех, пяти лет ребенок переживает возрастные кризисы, и эти периоды несут с собой яркие эмоциональные реакции у детей. В периоды возрастного кризиса капризы было бы правильно воспринимать как наполовину естественную психологическую реакцию. В это время ребенку необходимы особый подход и чуткое отношение.

Но если взрослые неправильно воспитывают своего малыша, то капризы и детские истерики нередко становятся привычной формой поведения. Ведь в первые годы жизни ребенок начинает осознавать себя как индивидуальность и активно изучает окружающий его мир. Малышу необходимо все потрогать, засунуть в рот, понять о каждой вещи – что это и как оно работает? То же самое и в отношении родителей: ребенку необходимо испытать, как старшие будут реагировать на то или иное поведение, что они будут делать, если проигнорировать их замечания? И если, экспериментируя с различными формами поведения, он получил желанный для себя результат, то этот способ поведения запоминается им как самый действенный и закрепляется в его сознании. Так и получается, что взрослые из-за своих ошибок часто сами становятся виновными в капризах своих детей. И только после этого начинают думать о том, как бороться с детскими капризами.

Капризными часто становятся избалованные, чрезмерно заласканные дети. Постоянное внимание слишком утомляет малыша, и если ребенок вначале радуется, то позже он нередко даже начинает плакать. Это предсказуемая реакция детской психики на утомление от бесконечного внимания взрослых, на которое малыш отвечает капризами.

Поэтому, прежде чем искать ответ на вопрос о том, как справиться с детскими капризами, стоит оценить свое общение с малышом.

Противоположная крайность – когда **ребенку уделяют недостаточно внимания, относятся к нему равнодушно**. Малыш начинает капризничать, пытаясь привлечь к себе внимание. А дети, которым остро не хватает материнской любви и ласки, очень часто становятся раздражительными и начинают отставать в развитии.

Еще одна причина появления детских капризов – **непоследовательность или отсутствие единства в требованиях к ребенку**. Например, если вчера на прогулке вы разрешили своему малышу «шлепать» по лужам, а сегодня вдруг запретили, то горьких слез вам не избежать! Или другой пример: мама более строга со своим ребенком, чем бабушка, и многое из того, что позволено бабушкой, она делать запрещает. Разумеется, малышу потребуется совсем немного времени, чтобы понять: при бабушке можно и покапризничать, а с мамой этот номер не пройдет. Постоянно подстраиваясь под каждого взрослого, ребенок начинает испы-

тывать большую нагрузку на психику и нервную систему, что неизменно приводит к срывам и капризам. А взрослые не могут выработать общую тактику, как бороться с капризами ребенка, ведь у них нет общей позиции.

Часто капризными бывают такие дети, которые **не знают никаких ограничений**. У них не формируется умение сдерживаться, контролировать свои желания и эмоции. Поэтому очень важно своевременно приучать ребенка к необходимому самоограничению. Слово «нельзя» должно быть понятно маленькому человечку одним из самых первых.

Конечно, злоупотреблять бесконечными запретами нельзя. Необходимо запрещать только то, что действительно может нанести малышу вред, или то, чему он сам может навредить.

Распространенной ошибкой родителей становится **несоответствие возрастных особенностей ребенка и требований или методов воздействия на него**.

Так, бывает, что родители хотят от своего малыша того, что для него недоступно в силу его возраста, и ребенок отвечает естественной для такой ситуации реакцией – капризом, который в такой ситуации и капризом-то назвать нельзя. Скорее, это форма протеста.

Чтобы родители не совершали такой ошибки, надо иметь представление о возрастных особенностях детской психики и об особенностях капризов каждого кризисного периода. Эти знания помогут понять и то, как реагировать на капризы

ребенка и как правильно бороться с детскими капризами.

Капризы у ребенка в возрасте до года

У малышей в возрасте до года речь еще не развита, и плач – единственный сигнал, который может подать кроха, сообщая, что он либо мокрый, либо голоден, либо у него что-то болит. Поэтому капризы ребенка до года собственно капризами назвать трудно. И если родители внимательно понаблюдадут за своим малышом, то очень быстро они научатся понимать, что он хочет им сказать. А причин у ребенка до года совсем не так уж и много:

- возможно, ребенок мокрый. Поменяйте ему памперс или пеленку, и он успокоится;
- если ребенок голоден, то свои плачем он сообщит вам об этом;
- может быть и так: малыша переодели, накормили, но он все равно продолжает плакать. Если он при этом сучит ножками, то, вероятнее всего, у него болит животик. Ребенок не болен, его просто мучают газы. До 3–4 месяцев кишечник ребенка еще не полностью развит, и часто малыш даже молоко воспринимает плохо. Чтобы облегчить страдания своего крохи, возьмите его на руки, прижмите к себе животиком, чтобы согреть его. Или положите на животик нагретую утюгом пеленку, тепло успокоит и уменьшит боль;
- иногда капризы малыша до года вызваны тем, что ребенок все-таки заболел. Вроде бы только что все было в по-

рядке, малыш был спокоен, и вдруг он начинает проситься на руки, капризничает, отказывается от еды. В таком случае стоит присмотреться к ребенку, понаблюдать за ним, и при первом же подозрении на заболевание необходимо вызвать врача. Капризы исчезнут, как только малыш будет здоров;

- чтобы не провоцировать капризы у ребенка до года, важно помнить, что маленьким детям необходимо соблюдать режим дня. Кормление, чередование сна и бодрствования, прогулки – все это нужно делать в строго определенное время. Малыш привыкает к своему режиму, и любое нарушение вызывает у него беспокойство и капризы.

Капризы у ребенка в возрасте от 1 до 3-х лет

Первые настоящие капризы появляются у ребенка довольно рано. Уже к году он начинает понимать, что родители быстро реагируют на плач, ведь это для них – сигнал о том, что малышу что-то надо. Позже ребенок начинает использовать такие же сигналы, чтобы получить конфету или заинтересовавшую его вещь. И если к году малыш не усвоил, что ему можно, а чего нельзя, а родители его не слишком последовательны в установлении границ дозволенного, то капризы годовалого ребенка становятся довольно частым явлением.

Годовалый ребенок переживает первый возрастной кризис. Он возникает потому, что в первый год своей жизни малыш накопил определенные знания и навыки. Они просто требуют того, чтобы родители и ребенок перешли на новый этап взаимоотношений. Ведь в этом возрасте малыш начинает воспринимать себя как личность. Он начинает говорить, делает первые шаги – это дает ему возможность по-новому познавать мир. Но это же приводит и к тому, что количество капризов годовалого ребенка увеличивается. Причем очень часто их провоцируют взрослые!

Например, часто можно увидеть такую картину: неуверенно топающий малыш упал, но не заплакал, потому что еще

не успел понять, что произошло, да и падать-то ему еще не слишком больно – не так уж далеко от земли находится его мягкая попа! Но родители уже испуганно бегут к нему, подхватывают на руки, начинают охать – фиксируют внимание на факте падения. И малыш начинает плакать, его пугает не боль, а суета и испуг родителей. Теперь он будет плакать всякий раз, как упадет, ведь родители слишком поторопились с ненужной помощью и не дали малышу научиться самостоятельно преодолевать первые трудности. Так родители взрастили первые капризы годовалого ребенка!

К концу первого года жизни кругозор ребенка расширяется за пределы манежа, кроватки или коляски. Он хочет везде ходить, все взять, пощупать, засунуть в рот. Но его возросшие потребности сталкиваются с невозможностью удовлетворить их полностью. На его пути встает множество запретов и окриков. Только он найдет что-либо интересное для себя, как у него тут же это отнимут. И малыш начинает протестовать, выражая протест с помощью крика. Ведь по-другому он пока не умеет!

Капризы ребенка второго года жизни – результат того, что он еще не может выразить словами свои желания, а непонимание родителей вызывает у него бурю возмущения.

Для родителей не должно быть неожиданностью то, что в определенные возрастные периоды их ребенок становится очень раздражительным и капризным.

Для начала необходимо понять причину капризов. Не захотел купаться или есть кашу? Может быть, вода в ванне горячее обычного или в прошлый раз в глазки ему попала мыльная пена, а каша оказалась немного пересоленной или слишком сладкой? Можно ухитриться «впихнуть» в плачущего ребенка почти целую тарелку манной каши, и только потом обнаружить, что соли в ней столько, что каша кажется горькой... Не обладая достаточным словарным запасом, малыш не сможет сказать об этом, и ему придется глотать противную массу пополам со слезами!

Часто бывает так, что капризы в этом возрастном периоде вызваны сменой обстановки, переутомлением ребенка или его болезнью.

Если малыш закапризничал по непонятной для вас причине – не начинайте настаивать на своем, переждите. Ребенок не зафиксирует свое внимание на инциденте и быстро забудет про неприятные ощущения.

На втором году жизни капризы ребенка погасить еще не очень сложно. Разрешайте ему совершать много новых действий. Пусть он попробует сам есть ложкой (просто дайте ему в руку вторую ложку, когда сами кормите его), попытается натянуть ботинки. Не мешайте ему путешествовать по квартире, просто уберите с его пути все опасные предметы.

И помните, что ваш малыш – это уже человек, хоть еще и маленький, со своими эмоциями, желаниями, настроением.

Примерно к трем годам у детей практически сформирована модель общения со своими родителями. В течение первых трех лет малыш развивается так быстро, как не будет развиваться никогда в дальнейшем. Уже к трем годам у ребенка в основном формируется характер, отношение к окружающим и себе. Кстати, самооценка детей в этом возрасте в основном завышена, и это нормально.

Именно в этом возрасте появляются настоящие капризы, которые так пугают родителей. Из-за того, что в три года ребенок начинает более остро переживать конфликты, капризы становятся более изощренными и эмоциональными. Даже покладистые до этого времени дети вдруг начинают постоянно твердить «не хочу», «нет», «не буду», и ведут они себя крайне агрессивно – визжат, кричат, бросают на пол все, что попадет им под руку, иногда и сами падают на пол. Родители часто совершенно теряются и абсолютно не понимают, как справиться с капризами ребенка.

Рассказывает молодая мама:

– Я просто не знаю, как себя вести. До трех лет мы жили спокойно. Она все понимала. Я скажу – она сделает. А теперь... Я говорю: «Подними игрушку», – а она еще и другую на пол бросит. Я говорю: «Нельзя книги рвать», – так она дождетя, пока я из комнаты уйду, достанет их из шкафа и порвет в мелкие клочки. Начинаешь наказывать – орет как резаная, на пол кидается. Кухонный стол новым маркером разрисовала – бабушку чуть удар не хватил. У мужа со стола

схватила какую-то важную бумагу – скомкала. И ведь знает же, что нельзя. Все равно... На улице тоже... Сначала – не пойду гулять. Потом – не пойду домой. Я уже сама не понимаю – чего ей надо. У невропатолога были, он сказал: здорова. Правда, таблетки какие-то выписал... Муж говорит: ты ее избаловала. А я ее вроде и не баловала никогда...

Трехлетняя Алина – смешливая, общительная, с лукавыми карими глазами. В кабинете лезет во все ящики, стащила на пол все игрушки, украдкой оглядываясь на мать, подбирается к ключам, лежащим на столе.

Детский психолог просит маму:

– Расскажите, пожалуйста, что у вас в доме можно, а что нельзя...

Мама, задумываясь, нерешительно отвечает:

– Ну, то есть как... Как у всех... рисовать нельзя на обоях...

– А где можно?

– В альбоме, у нее есть специальный, но она в нем не рисует почему-то... Ну, посуду нельзя брать из серванта, книги рвать, воду открывать без спросу, брызгаться, на пол лить... Да вы чего, думаете, мы ей все запрещаем, что ли?! Да она...

– Нет, нет, я так не думаю. Продолжайте, пожалуйста.

Мама продолжает:

– Ну, нельзя обрывать листья у цветов, кошку мучить, залезать на подоконник, трогать розетки, стучать по мебели... вы знаете, очень трудно все

перечислить. А зачем это?

– Видите ли, я попросила вас назвать, что **можно** и что нельзя в вашем доме. Причем слово можно я поставила на первое место. Вы же перечислили мне только нельзя...

– Все остальное – можно! Это же понятно.

– Это понятно вам, может быть, понятно мне... хотя, впрочем, тоже не очень... А можно ли стучать по стенкам? Рисовать маркером на стеклах?

Мама, несколько растерявшись:

– Стучать по стенам? Не знаю...

– Вот и Алина тоже не знает. Суть ее метаморфозы, которая так вас испугала, заключается в том, что ваша дочь перестала быть простым продолжением вас, вспомните свою же собственную формулировку: «Я говорила – она делала». Теперь у нее появились свои собственные потребности, желания и интересы. До недавнего времени ваши мировоззренческие картины совпадали (точнее, Алина пользовалась вашей), сегодня все обстоит иначе. Вы скажете, что и у новорожденного младенца есть свои потребности, например, иметь сухие пеленки. Это так, но лишь сейчас, после двух-трех лет (для каждого ребенка этот возраст индивидуален), Алина эти свои желания и потребности осознала, выражаясь научным языком, отрефлексовала. Младенец «знает», что главная его задача – быть вместе с матерью, а удовлетворение всех остальных потребностей целиком и полностью зависит от этого факта. Не так обстоит дело с двух-

трехлетним ребенком. У него уже появляются свои собственные, отдельные от матери желания, и одно из них – исследовать окружающий мир. Практически первое, что желает выяснить ребенок относительно этого мира, – что можно и что нельзя. Именно в такой последовательности, ибо о том, что нельзя, как вы справедливо заметили, Алина уже многое знает. Но до сих пор она принимала все на веру. А теперь проверяет – действительно нельзя? А что будет, если... И что же, в конце концов, можно?!

Мама, нетерпеливо и слегка раздраженно:

– Так что же, я должна ей все позволять?! Это же опасно... и просто невозможно...

– Разумеется, невозможно. Просто, строя общение с Алиной, вам просто следует учитывать тот факт, что ваша дочь подросла и вступила в следующую фазу возрастного развития.

– Но как это учитывать? Мне иногда кажется, что она нарочно меня дразнит...

– Совершенно верно. Только не дразнит, а изучает ваши реакции. Родители – первый и самый важный объект для исследования, это так естественно. А насчет того, как учитывать... Как, на ваш взгляд, вам теперь следует себя вести?

– Я думаю, нужно ей прямо говорить, что можно...

– Так, так. И каждое «нельзя»...

– И каждое «нельзя» сопровождать «можно»...

– Совершенно верно. Нельзя рвать книги, но можно – старые газеты, рекламки. Нельзя стучать по серванту,

но можно – по доске. Нельзя прыгать с подоконника, но можно – со стула, с дивана.

– И еще. Раз уж она у нас теперь личность, то мы должны ей все объяснять. Я стараюсь, но она иногда меня так доводит...

– Может быть, Алина «доводит» вас тогда, когда объяснения ей непонятны или неубедительны? Может быть, иногда следует позволить ей произвести небольшой опыт? Разумеется, под вашим контролем?

– Да, наверное, – задумалась мама. – Вот она маленькая к утюгу все лезла, мешала мне гладить, а бабушка как-то разозлилась и сказала: «Не веришь, что больно будет, вот тебе утюг, бери!» Она потрогала, обожглась и больше на стол не лезла, когда гладят...

– Вот видите, как хорошо. Сочетание объяснения и, когда это возможно, опыта.

– Но есть же вещи... Вот, например, кошку она за хвост таскает. И объясняли ей сто раз, что кошке больно, и кошка ее царапала – ничего не помогает...

• Кстати это очень важный вопрос. Действительно, ребенку нельзя дать попробовать выпрыгнуть с пятого этажа, а также вразумительно объяснить, почему этого делать нельзя. В таких случаях на помощь приходит **система семейных табу**. Она уникальна для каждой семьи, но не должна включать в себя больше двух-трех пунктов. Это должны быть действительно очень важные пункты, связанные с жизнью, здоровьем, а также с основными моральными принципами семьи. Табу – это то, что делать безусловно нельзя.

По биологической сути табу близки к условным рефлексам. Пример системы табу, принятой в семье:

1) нельзя ударить никого из членов семьи;

2) нельзя мучить кошку;

3) нельзя открывать окно на улицу. Вырабатывается табу следующим образом. Сначала все члены семьи договариваются о содержательной стороне системы. После согласования распределяют роли. На какое-то время всем членам семьи придется стать актерами, ибо в выработке табу и в самом деле есть нечто театральное, а если смотреть глубже – нечто от древних ритуалов. Ведь, если помните, именно у дикарей были очень сложные и разветвленные системы табуирования, регулирующие практически всю жизнь взрослого населения племени. Предположим, постулат, который необходимо усвоить полуторагодовалому ребенку, звучит так: «Нельзя бить маму!»

И вот маленький агрессор, чем-то недовольный, размахнулся и, как это у него водится, шлепнул маму по щеке. Если ребенка держали при этом на руках, то его тут же спускают на пол. С этого момента и до конца сцены никто не обращается прямо к нему. Все реплики подаются через его голову. Примерный сценарий:

Мама: Как! Мой сын меня ударил! Что же мне делать! Как я несчастна! (*Сидит, закрыв лицо руками, потом медленно, стывая, удаляется в другую комнату.*)

Папа: Невероятно! Этот негодник посмел ударить мать!

Какой кошмар! И это мой сын! Я не желаю его видеть и говорить об этом. *(Удаляется вслед за женой и там громко утешает ее, продолжая громко возмущаться поступком сына.)*

Бабушка: Какой ужас! И это в нашем доме! Да я с домом сорок лет прожила, он на меня ни разу руку не поднял. А мой внук... *(Печально качая головой, удаляется вслед за остальными.)*

Отчуждение от родителей – самое страшное и невероятное событие в жизни маленького ребенка. В результате вышеописанной сцены (если, конечно, никто не хихикает в процессе исполнения) ребенок убеждается в том, что есть поступки, которые могут перевернуть его мир с ног на голову. Тут уж не до экспериментов.

Как правило, двух-трех повторений бывает достаточно, чтобы занесенная для удара рука начала сама собой опускаться.

Только учтите, что подобную реакцию должен встречать каждый табуированный проступок ребенка. Не может быть такого, чтобы сегодня все стонали как сумасшедшие, а завтра на то же самое не обратили внимания. Подобное отклонение куда вреднее, чем отказ от системы табу вообще.

– Так, хорошо, я все поняла, – решительно сказала Алинкина мама. – И что же, если я все это сделаю, она перестанет меня «доставать»?

Алина, наконец, стащила со стола ключи и вместе с ними быстро заползла за кресло.

– Отдай ключи доктору! – Тут же заполошно вскричала мама. – Отдай немедленно!

– А ты знаешь, Алина, брать ключи – это можно, – задумчиво говорю я.

Алина тут же выползает из-под кресла, протягивает мне ключи:

– На, тетя, ключи, – говорит она и начинает хищно поглядывать на перекидной календарик...

Капризы ребенка третьего года жизни требуют от родителей своевременной перестройки в отношениях с ребенком. В это время малыш немного отдаляется от взрослых и пытается установить с ними новые отношения с позиции своего «я», которое он уже осознал. И непонимание родителями этого факта вызывает у него капризы с особенно сильной эмоциональной окраской.

Необходимо установить с ребенком новые, более глубокие отношения, поощрять инициативу, не ограничивать его самостоятельность. Только такой подход может стать ключом к тому, как справиться с капризами в этом возрастном периоде.

Капризы у детей в возрасте 5 лет

Капризы ребенка в возрасте 5 лет очень похожи на капризы трехлеток, с той лишь разницей, что малыш уже подросток и родителями манипулирует теперь более осознанно. Он уже достаточно хорошо понял, что криком, слезами, нытьем он может добиться чего угодно. Ведь при виде орущего «дитя-ти» взрослые просто теряют способность мыслить логически и согласны на все, лишь бы их ребенок замолчал. Если дело зашло так далеко, то родителям можно только посочувствовать: о том, как справляться с капризами ребенка, они по-прежнему не имеют представления.

Бывает так, что родители, пытаясь призвать капризничавшего ребенка к порядку, повышают на него голос. И не понимают, что надо всего-навсего приучить малыша высказывать свои потребности не криком, а нормальным голосом. При этом каждый раз отвечать на просьбы, высказанные нормально, а все требования на повышенных тонах подчеркнуто игнорировать. Если же родители вслед за ребенком повышают голос, то у маленького человечка складывается твердое убеждение, что все проблемы решаются только с помощью крика.

Даже крохотные несмышленишки способны уловить, что мамой и папой можно управлять с помощью голоса – покричал и получил желаемое. А уж капризы ребенка в 5 лет –

это уже вполне осмысленная акция. В этом возрасте ребенок способен анализировать поступки взрослых, примеряя их на себя. Поэтому не стоит устанавливать диктатуру силы и давить на малыша авторитетом старшего.

Если вы хотите научиться справляться с капризами, то прежде всего игнорируйте все попытки манипулировать вами и предлагайте ребенку подумать, для чего ему нужно то, о чем он вас просит. Если его просьбу нельзя выполнить, то объясните, почему. Малыш постепенно усвоит, что совершенно не нужно кричать, чтобы тебя услышали. А еще он поймет, что не любое его желание можно осуществить. Если он будет понимать, по какой причине он не может получить желаемое, то не будет отказ воспринимать болезненно. А ведь именно **отсутствие отрицательных эмоций является главным ключом к тому, как бороться с капризами ребенка.**

Как справляться с капризами

Как бы ни старались родители, но даже самые спокойные и послушные дети время от времени капризничают. И случается это с ними в любом возрасте. Поэтому одним из самых главных в деле воспитания детей является знание о том, как бороться с детскими капризами.

- Прежде всего, родителям необходимо научиться твердо противостоять неразумным желанием ребенка. Если пойти на поводу у малыша хотя бы раз, то он и в дальнейшем будет добиваться с помощью капризов всего, что ему захочется.

Как реагировать на капризы ребенка, если это все же произошло? Обнимите его, постарайтесь отвлечь его внимание. Говорите с ним ласково, скажите, что любите его. Но ни в коем случае не идите на попятную, дав малышу в конце концов то, что он требовал.

Если он не успокаивается и по-прежнему скандалит, то оставьте его в покое. Никак не комментируйте происходящее. Наоборот, не обращайтесь на него внимание. Будет лучше, если вы оставите его одного. Ему станет неинтересно плакать в одиночестве, ведь ему нужно плакать для кого-то. И только после того, как он отведет душу и немного успокоится, скажите ему, как вас огорчило его поведение.

- А как отреагировать на капризы ребенка, если он не только не успокаивается, но уже бьется в истерику?

Прежде всего, присядьте возле малыша так, чтобы ваши глаза были на одном уровне. Спросите его, что он хочет, – пусть он вслух сформулирует свои потребности. Если он впал в истерику – обнимите его, прижмите к себе, разговаривая с ним спокойным голосом. Если он пытается ударить вас, придержите его руку, но ни в коем случае не отталкивайте его.

Очень важно, чтобы малыш слышал ваш спокойный голос и чувствовал вашу поддержку.

- Самый эффективный метод, который поможет отучить ребенка от капризов, – как можно больше уделять малышу внимания, спрашивать о его потребностях, **всегда объяснять причину отказа**, если приходится отказывать в просьбе. Отказ необходимо аргументировать, а не просто твердить: «нельзя, и все!» или «потому, что я так сказал». Ведь не хотим же мы научить своего ребенка тому, что только приказами и требованиями можно чего-то добиться.

- Эффективными способами, помогающими избавиться от капризов, можно назвать те, которые показывают ребенку, что вы признаете, что он уже достаточно взрослый, и уважаете его желание быть самостоятельным.

Необходимо вовремя сменить тактику и стратегию вашего общения с ребенком. Не делайте за ребенка то, что он уже может сделать сам, несмотря на то, что сами вы сделали бы это и лучше, и быстрее. Пусть и он тоже пробует, учится – помогает мыть пол, стирает свои носочки, ставит тарелки на

стол. Это будет способствовать его самоутверждению, а это стоит дороже, чем разлитая вода или разбитая тарелка!

- Предоставляйте малышу право выбора. Например, если вы знаете, что он не захочет идти на улицу в шапке, то вместо «надень шапку» лучше сказать: «Ты какую шапку хочешь, синюю или зеленую?» У ребенка останется ощущение самостоятельного выбора, а то, что в итоге он идет гулять именно в головном уборе, прошло мимо его внимания.

- Не заставляйте ребенка подчиняться, а обыграйте ситуацию так, будто вам нужна помощь: «Я забыла, как правильно зубы чистить, покажи мне, пожалуйста». Ваш малыш будет очень доволен, что может маму чему-то научить, а зубы вычистит – лучше, чем обычно!

- В конфликтной ситуации создавайте приятные для ребенка перспективы. Говорите ему о том приятном событии, которое его ждет вскоре, и это поможет ему смириться с тем, что сейчас надо сделать что-то не очень приятное. Например: «Леша, сейчас нужно собрать разбросанные игрушки, а потом я дам тебе краски, и ты будешь рисовать».

Для того чтобы понять, как с капризами ребенка бороться, необходимо твердо усвоить: капризы – не случайны и никогда не возникают на пустом месте. Они всегда имеют какие-либо причины. А если взрослые неправильно на детские капризы реагируют, то тем самым лишь поддерживают и закрепляют их.

- Правильный путь к тому, как отучать ребенка от капри-

ЗОВ, – знание возрастных особенностей детской психики, соблюдение режима, единство требований к ребенку, нахождение «золотой середины» между недостатком и избытком внимания.

Если вы найдете подход к своему малышу, то сумеете справиться с любыми его капризами, возникающими по самым различным поводам.

Как отвлечь ребенка от капризов

Один из действенных способов справиться с детскими капризами и истериками – переключить внимание ребенка на что-то другое. Например: «Ой, какие большие слезы пропадают! Давай их в бутылочку соберем!» Или: «Смотри, на плече у тебя Капризка сидит и плачет. Давай ее прогоним!»

Можно отвлечь внимание малыша каким-то новым ярким предметом или предложить ему интересное занятие. Например, посмотреть с ним мультфильм или почитать любимую сказку.

Можно предложить ребенку 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, а стать равноправным участником какой-нибудь детской игры.

Например, поиграйте в семью. Возьмите себе роль ребенка, 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 очень полезно!

Все три варианта общения весьма важны. Когда ребенок 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. Играя же в детскую игру, вы сами учитесь понимать малыша, а ребенок чувствует свою значимость (ведь в играх он всегда главный, а родитель – лишь робкий ученик). Но самое главное, конечно, то, что во всех случаях ребенок получает удовольствие от совместного общения, чувствует родительскую любовь и сам становится более понимающим и нежным.

Потешки

Можно отвлечь и развеселить малыша народными потешками.

Пальчик-мальчик, где ты был?
С этим братцем в лес ходил,
С этим братцем щи варил,
С этим братцем кашу ел,
С этим братцем песни пел.

При этих словах взрослый перебирает пальцы ребенка: сначала большой, потом остальные.

* * *

Возьмите какую-либо мягкую игрушку (например, кош-

ку) и, обращаясь к ней, шутливо грозя пальцем, говорите:

Киска, киска,
Киска, брысь!
На дорожку
Не садись!
Наша деточка
Пойдет,
Через киску упадет!

На последних словах взрослый обнимает малыша и прижимает к нему кошку.

* * *

Попробуйте обыграть такое стихотворение о птичке:

Села птичка на окошко,
Посиди у нас немножко!
Посиди, не улетай,
Улетела птичка. – Ай!

В начале стихотворения малышу показывают игрушку, а в конце (при слове «ай!») – ее прячут. Можно показывать живую птичку, сидящую за окном.

* * *

Изобразите паровоз и этим развеселите ребенка. Содержание стихотворения «Паровоз» включает малыша в активную игру, двигательную и звукоподражательную.

Загудел паровоз
И вагончики повез.
Чох-чих, чу-чу!
Я далеко укачу!

Стихотворение надо читать в четком ритме, протяжно пропевая последнюю строчку, подражая паровозному гудку. Можно встать, держась друг за друга и двигаясь по комнате в такт словам, вместе повторять: «Чох-чих, чу-чу! Чох-чих, чу-чу!»

* * *

Взрослый может изобразить коня, который стоит, качая головой, а потом отправиться в путешествие с малышом на спине.

Гоп! Гоп! Конь живой,
И с хвостом, и с гривой,

Он качает головой —
Вот какой красивый!
Ты залезь на коня
И держись руками.
Посмотрите-ка на нас —
Уезжаем к маме.

* * *

Можно как бы «пободаться» с ребенком и рассмешить его потешкой:

Привяжу я козлика
К белой березке.
Привяжу рогатого
К белой березке.
Стой, мой козлик,
Стой, не бодайся,
Белая березка,
Стой, не качайся.

* * *

Если в доме есть кошка, принесите ее и спойте малышу такую прибаутку:

Как у нашего кота
Шубка очень хороша.
Как у котика усы
Удивительной красы,
Глаза смелые, зубки белые.
Пошел котик на улочку,
Купил котик булочку,
Самому ли съесть,
Или Бореньке (Леночке, Ванечке и т. д.) съесть?
Я и сам укушу,
И Бореньке снесу.

Загадки

Загадайте ребенку загадки о животных. Может быть, они его заинтересуют, и он забудет о своих капризах.

Вы ее найдете
Летом в болоте.
Зеленая квакушка,
Кто это?

(Лягушка)

* * *

Хитрая плутовка,
Рыжая головка.
Хвост пушистый – краса!
А зовут ее...

(Лиса)

* * *

Рано встает,
На дворе поет.
На головке гребешок,
Кто же это?

(Петушок)

* * *

Она обычно не спешит,
На спинке носит крепкий щит.
Под ним, не зная страха,

Гуляет...

(Черепаха)

* * *

Кто на елке, на суку
Все кричит: «Ку-ку, ку-ку?»

(Кукушка)

* * *

Бородой своей трясет,
По лужайке бредет,
«Дайте травки мне,
Ме-е-ее».

(Козел)

* * *

Не пойму я,
Не пойму,

Кто мычит все время: «Му-у»?

(Корова)

Игры

Очень хороший отвлекающий маневр для ребенка, который капризничает, – совместные игры. Это игры не только развлекательные, но и познавательные. Здесь, правда, тоже есть свои правила:

- даже самая хорошая игра не должна быть затяжной, только тогда она заинтересует и развеселит ребенка;
- играйте с ребенком охотно. Если вы только делаете вид, что играете, а голова занята другими мыслями, – малыш сразу это поймет, ведь дети очень чутки к фальши.

Солнышко и дождик

Игра для малышей в возрасте 2–3-х лет. В эту игру лучше играть с несколькими малышами, но можно и с одним ребенком. Игра учит обозначать один предмет с помощью другого. Так, стул или стол будет в этой игре домиком, в который надо спрятаться. Можно использовать в качестве домика круг, очерченный мелом, или угол комнаты. Водящий говорит: «На небе солнышко, можно идти гулять». Игроки прыгают, бегают, танцуют. При словах водящего: «Дождик

начинается, скорей домой!» – дети должны разбежаться по своим домикам. Водящий хвалит тех, кто это сделал быстрее и более ловко.

Прятки

Можно поиграть в прятки, если в квартире для этого достаточно места. Дети очень любят прятаться, и эта игра быстро развеселит капризничающего малыша. Правила игры всем известны; не надо стараться прятаться так, чтобы ребенок вас не смог найти, и находить его очень быстро тоже не стоит. Поищите его, заинтригуйте, потом, найдя, сделайте очень удивленный вид, дескать, как же ты ухитрился так спрятаться, я тебя еле-еле нашла (нашел)!

Повторюшка

Веселая игра, напоминающая известную коллективную игру «Если весело живется, делай так...». Играющие становятся в круг, водящий – посередине. Если вы играете вдвоем с малышом, встаньте друг против друга. Вы будете руководителем игры. Ребенок должен повторять все ваши слова и движения. А слова такие:

Левой ногой, Повторюшка,
Гой, гой, Повторюшка.

(Играющие повторяют слова и подпрыгивают на левой ноге.)

Правой ногой, Повторюшка,
Гой, гой, Повторюшка.

(Все то же самое, только подпрыгивают на правой ноге.)

Пойдем вперед, Повторюшка,
Гой, гой, Повторюшка.

(Дети повторяют то же.)

Пойдем назад, Повторюшка,
Гой, гой, Повторюшка.

(Играющие повторяют.)

Движения можно придумывать до бесконечности. Завершить все можно танцем:

Давай спляшем, Повторюшка,
Гой, гой Повторюшка.

Молчанка

Перед началом игры участники произносят какую-либо считалку. Например:

Катилось яблоко по огороду
И упало прямо в воду... Буль!

После этого все должны замолчать. Ведущий старается рассмешить игроков разными движениями, словами, мимикой. Кто засмеется – тот проиграл. Он отдает ведущему фант, а потом выполняет какое-либо задание.

Суша и вода

Игра на реакцию. Она рассмешит и отвлечет ребенка от капризов. Руководит игрой ведущий. Им можете быть и вы, и ваш малыш. Можно привлечь к участию в игре и других членов семьи – например, бабушку или братишку (сестренку) малыша.

При слове ведущего «суша» игрок или игроки прыгают вперед, при слове «вода» – назад.

По желанию задания можно менять. Например, не прыгать, если это не всем нравится, а поднимать руки, приседать, что-нибудь говорить. Слова ведущего также можно менять:

«берег – река», «море – земля» и т. д.

Поиски клада

Спрячьте в комнате, например, конфету, яблоко или игрушку. Заинтересуйте ребенка тем, что «клад» очень вкусный или очень приятный для него. Затем обрисуйте место, где его надо искать. Степень сложности задания зависит от возраста малыша. Не стоит прятать «клад» так, чтобы малыш, выбившись из сил, просто перестал его искать. Он должен найти спрятанное, и радость от осознания того, что он смог это сделать, будет невероятной.

Как тебя зовут

Ведущий дает игроку или игрокам имена: Пуговица, Метла, Пузырек и т. д. После этого он задает игроку вопросы, на которые тот должен отвечать одним словом – своим игровым именем. Если участник ошибется или засмеется – он проигрывает.

Кузовок

Для этой игры можно взять корзинку либо представить ее. Играющие должны как бы класть по очереди в корзинку

разные предметы. Условие: названия предметов должны начинаться на одну букву. Например, кладем в корзинку все предметы на «а»: апельсин, азбуку, акварель, арбуз и т. д.

Что это?

Для этой игры вам понадобятся платок, игрушки или различные мелкие предметы. Участники игры по очереди завязывают глаза и на ощупь пытаются определить, что за предмет им дали.

Предметы должны быть хорошо знакомы ребенку, чтобы он без особых усилий смог их отгадать. Ваша задача, наоборот, подольше подумать, сделать вид, что затрудняетесь с ответом. Осознание своего превосходства очень обрадует и развеселит малыша.

Угадай-ка

Эта игра не только отвлекает малыша от его проблем, развлекает, но и развивает внимание и зрительную память. Взрослый показывает ребенку несколько предметов, например, игрушек (не более 6–8, в зависимости от возраста). Потом он незаметно убирает одну или две из них. Малыш должен вспомнить, каких игрушек не хватает. Вместо игрушек или предметов можно использовать картинки с изображением

ями.

Что я загадал?

Водящий загадывает какой-либо предмет, находящийся в комнате. Его задача – описать этот предмет другому игроку, не называя его, но так, чтобы было понятно. Игрок должен отгадать, что загадал водящий. После этого они меняются местами.

Игры-соревнования

Можно придумать много игр с детской скакалкой. Например, «запрячь» папу и поиграть в «лошадку». Малыш с удовольствием побегает по квартире, держась за «поводья».

Можно устроить соревнование с кеглями. Например, кто быстрее их соберет с завязанными глазами. Или выбивать их маленьким мячом – кто больше собьет.

Интересные игры-соревнования можно устроить и с другими предметами: теннисными шариками, игрушками, воздушными шарами, карандашами, веревочками и др.

Мини-игры

Если в самый ответственный момент вы, как назло, не мо-

жете вспомнить ни одной игры или прибаутки – попробуйте их изобрести, ведь все гениальное очень просто!

Например, предложите ребенку пойти погулять и устройте соревнование – «кто быстрее оденется» или «кто быстрее добежит до прихожей». Можно организовать игру «Одень меня». Пусть ребенок одевает на прогулку вас, а вы – его. Вам надо играть роль неумелого ребенка и надевать все неправильно. Пусть малыш смеется над вами, главное – успокоить его, снять нервное напряжение.

Малыш рисует

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, приучает к самостоятельности.

Предложите ребенку порисовать чем угодно: карандашами, фломастерами, красками, чернилами. Положите перед ним большой лист бумаги и нарисуйте что-нибудь сами. Скорее всего, он не устоит и начнет рисовать вслед за вами.

Ни в коем случае не относитесь к его художествам снисходительно-насмешливо, подбадривайте и хвалите его. И он увлечется этим интересным делом.

Не буду одеваться



Детишки грудного возраста совершенно спокойно могут появиться на людях с испачканной мордашкой, пятнами от срыгивания на одежде или лежать нагишом, совершенно не испытывая неловкости ни за себя, ни за своих родителей. Но в какой-то момент малыш начинает понимать, что одежда – это не просто то, что надевают на тебя родители, а то,

что ты уже должен начинать надевать самостоятельно. И то, что родители считают таким важным в одежде (размер, соответствие погоде, опрятность), редко имеет значение для ребенка. Ему гораздо важнее всего этого, чтобы, например, на футболке было яркое изображение персонажа из любимого мультфильма, или чтобы она была нужного цвета. У ребенка формируется собственное мнение, вкус, он проявляет желание надеть ту или иную вещь, и если родители его не понимают, малыш начинает капризничать.

Маленький Богдан собирался на новогодний утренник. Накануне вечером мама предложила ему на выбор два новогодних костюма: ушки и хвостик зайчика, а также шапочку, перчатки и хвост тигренка. Решили, что на утренник Богдан пойдет в наряде зайчонка. Наступило утро. Мама ему показывает, что кладет в кулек наряд зайчика, чтобы надеть его в садике. И тут Богдан говорит:

– Нет!

– Что «нет»? – удивляется мама.

– Не буду зайчиком!

– Берем тигренка.

– Нет! – малыш отрицательно крутит головой.

– В чем же ты пойдешь?

– В той красивой рубашке.

– В какой рубашке? – Мама не стала настаивать на зайчиках-тигрятах, и решила согласиться.

– Белой с черным, такой красивой-красивой!

Мама стала перебирать в уме все существующие

рубашки, но никакой белой с черной не вспомнила.

– А ты знаешь, где она лежит? – решила схитрить мама.

– Да! Висит в шкафу! – радостно сообщил Богдан. Удивившись, мама пошла вместе с малышом к шкафу, в которой, насколько она знала, не было никакой черно-белой рубашки.

– Ну, показывай, какую рубашку ты хочешь надеть? Ребенок показал на летнюю белую рубашку, которую он уже месяца четыре не надевал, поэтому было удивительно, как он о ней вообще вспомнил. А «белая с черным» она была потому, что тоненькие вертикальные фиолетовые полосочки в темноте шкафа на самом деле казались черными.

На утренник Богдан пошел в «черно-белой» красивой рубашке, пиджачке, и чувствовал себя прелестно.

Согласитесь, если бы мама стала доказывать, что никакой черно-белой рубашки у него нет, и стала бы заставлять сына наряжаться в «тигра» или «зайца», то праздничного настроения не было бы ни у кого! Некоторые капризы начинаются тогда, когда нет взаимопонимания.

Бывают и другие случаи. Например, когда ребенок упрямо стоит на своем, и то, что он не прав, доказать ему довольно сложно. Вот такая проблема возникла у одной мамы.

Трехлетний Кирюша каждый раз, когда наступают холода, не хочет надевать куртку. На улице может быть

–10 °С, а он утверждает, что ему не холодно. «Я-то знаю, – рассказывает она, – как это опасно для его здоровья, и не хочу, чтобы в подобных случаях решение оставалось за ним. С другой стороны, мне уже надоели эти «баталии», разворачивающиеся каждый раз, когда на дворе минусовая температура. Что посоветуете?»

Вы, наверняка, уже слышали стандартный в таких случаях ответ: «предложить на выбор зеленую или синюю куртку». Вы это уже попробовали и поняли, что такой подход не срабатывает. (Для тех, кто не пробовал, следует делать так: вы предлагаете ребенку выбор, но увязываете его не с погодой (надевать или не надевать куртку), а какую куртку надеть: длинную, синюю и т. д. и т. п.; а как насчет вот этой короткой красной куртки?) Идея состоит в том, чтобы ребенок выбирал сам, что ему надеть. Даже если это не вполне то, что он хотел, дайте ему понять: решение он принял самостоятельно, и тогда, быть может, он пойдет на контакт, выбрав один из предлагаемых вами вариантов.

Проблема может оказаться в том, что малыш, уже умеющий говорить, да к тому же и упрямый, вполне может предложить третий вариант: не надевать куртку вообще – вариант, который не был вами предложен. А он будет настаивать на своем: «Не хочу никакой куртки, потому что мне не холодно!»

Исключив вариант насильного одевания малыша в выбранную вами одежду, нужно прибегнуть к иной стратегии

поведения. Вам нужно продумать, что наилучшим образом подойдет вам, учитывая собственную оценку личности своего ребенка. Если вы хотите, чтобы он понял, что ему самому придется расплачиваться за последствия принятого решения, – действуйте по второму варианту. Но если вы знаете о его огромном упрямстве, используйте любые варианты, кроме второго.

- *Вариант первый:* найдите ему куртку, которую он действительно захочет надеть.

В самом начале прохладного времени года сходите с малышом в магазин, выберите теплую куртку, которая ему действительно понравится, но при условии, что он обязательно будет надевать ее в холодную погоду. Не возражайте против цвета, фасона, материала, непрактичности или любых других моментов. Не возражайте и против цены (для этого выбирайте такой магазин, цены в котором приемлемы для вашего бюджета). Пусть он выберет самую нелепую во всем магазине вещь, отделанную искусственной кожей или бахромой, напоминающую безвкусные наряды старого шоу. Каким бы диким ни был его выбор – это же все-таки лучше, чем выпустить его полуодетым на улицу, где лежит снег. В данной ситуации вас должно беспокоить то, чтобы малышу было комфортно, а не то, «что скажут люди». Гордитесь тем, что ваш ребенок с самого детства имеет свое личное мнение.

- *Вариант второй:* ничего страшного – пусть замерзнет! Согласитесь с ним: позвольте выйти на холод без куртки. То-

гда произойдет одно из трех:

1. Он замерзнет и скажет: «Я передумал, синяя куртка мне подойдет». А вы ответите: «Ты же говорил, что не хочешь ее надевать, и я оставила ее дома». Сократите время прогулки на воздухе до минимума, тем самым дав ребенку понять, какими будут последствия в следующий раз, если он не будет прислушиваться к мудрым советам родителей.

2. Он замерзнет и скажет: «Мамочка, холодно, давай наденем куртку». И тогда вы ответите: «Я подумала, что ты замерзнешь, и взяла ее с собой». Надев ее, он поймет, что вы были правы: в такую погоду нельзя выходить без куртки.

3. Малышу на самом деле не будет слишком холодно, и он не попросит куртку. В таком случае он был прав: она действительно не нужна.

Детям обычно удается сохранять тепло тела благодаря энергии, вырабатываемой ими за счет движения – бега и прыжков. И все же необходимы соблюдение осторожности и определенный контроль со стороны взрослого человека. Игры при минусовой температуре без теплой одежды могут быть опасными для здоровья ребенка: пальчики и ушки могут обморозиться, так что – будьте начеку!

• *Вариант третий:* используйте много слоев одежды. Возможно, причина конфликта состоит в самой идее куртки, а не в необходимости тепло одеваться. Не исключено, что ваш малыш с удовольствием согласится на другую, более удобную для него одежду: хлопчатобумажную водолазку, на нее –

теплую спортивную фуфайку и поверх всего этого – жилет. В теплой шерстяной шапке и в теплых перчатках он будет прекрасно защищен от холода – не хуже, чем в зимнем пальто. На самом деле, поскольку основная часть тепла тела теряется через голову, теплая шапка намного полезнее недостаточно утепленного пальто.

- *Вариант четвертый:* проявите изобретательность!

Возьмите один из своих шерстяных свитеров и уменьшите его в размере; многие детишки любят надевать что-нибудь из маминой или папиной одежды. Если малыш не хочет носить перчатки, дайте ему надеть на руки носочки или кукол-марионеток, надеваемых на руки. А если привлечь ассоциации с любимой профессией? Например, пожарные никогда не ходят без защитной куртки, а офицер полиции – без пуленепробиваемого жилета. Вы можете найти какую-нибудь похожую куртку и предложить ребенку надеть ее, чтобы быть похожим на одного из любимых героев. И вы оба будете счастливы.

И еще несколько полезных советов:

- не сдавайтесь, если под угрозой безопасность ребенка (никогда не позволяйте ему играть в одежде со свободно свисающими концами, которые могут обернуться вокруг шеи);
- в большинстве случаев, насколько это возможно, необходимо поддерживать в малыше чувство собственного достоинства, которое проявляется в выборе одежды, а не пытаться навязывать ему свои взгляды;

- места, куда требуется надевать торжественную одежду, как правило, не предназначены для детей. Им не обязательно присутствовать на официальных концертах, похоронах дальних родственников или каких-либо торжественных религиозных банкетах. В таких случаях вам необходимо пригласить няню, а не устраивать «сражения».

Как надеть

Бывает такое, что малыш не желает даже делать попыток научиться одеваться самостоятельно. Как заинтересовать его в этом случае?

Быть терпеливыми – единственное решение. В этом возрасте у некоторых детей внезапно развивается враждебное отношение к одежде, и тогда они даже готовы экспериментировать и ходить целыми днями голыми. Вот это действительно проблема!

Главное, что необходимо в общении с двух-, а может быть, и трехлетним ребенком – это оставаться спокойным и не унывать, пока не удастся искусно и ненавязчиво убедить малыша, что одевание – обычное каждодневное дело, которому может научиться любой. Вы можете облегчить этот процесс, купив одежду самого простого и удобного покроя, которую легко надевать: здесь нет ничего, что нужно было бы зашнуровывать, застегивать, завязывать; никаких сложных застежек и пряжек. Штанишки с поясом на резинке, слегка свободные на талии, – это именно то, что нужно, если вы хотите, чтобы малыш надевал их самостоятельно. Свободная футболка с широкой горловиной будет достойным завершением вашего выбора.

Ботинки лучше выбирать с нескользящей подошвой и раскрашенными в разные цвета носками или пятками, чтобы

малыш без труда определил, на какую ногу следует надевать ботинок. Обувь с застежкой «на липучке» – тоже отличный вариант. Умение правильно надеть обувь большинством детишек достигается только к середине детсадовского возраста.

Если ваш ребенок посещает какое-то детское учреждение, этому его может научить профессиональный преподаватель (причем ему это удастся гораздо лучше, чем вам).

Застежка «на липучке» подходит двухлетним детям, которые еще нуждаются в помощи взрослых, чтобы прямо придерживать язычок ботинка и стянуть должным образом застежку.

Каждый раз, помогая ребенку одеваться, показывайте и объясняйте все, что вы делаете. Для двухлетних повторение – ключ практически ко всем действиям, которые они стараются освоить.

Когда дело доходит до **футболки (это касается и свитеров)**, то очевидной становится следующая проблема: голова малышкой обычно застревает в горловине, так как они в первую очередь пытаются просунуть в нее лицо, а не макушку головы. Им становится страшно, когда на короткий момент натягивания футболки их глаза закрыты плотной тканью. Они начинают кричать, прося о помощи. Кто-то из родителей мчится в комнату, видит эту сцену и начинает причитать и жаловаться на то, что ребенок даже не хочет попытаться самостоятельно одеться. После того как рассержен-

ная мама сама натягивает на ребенка злополучную футболку, в сознание малыша внедряется мысль: «Надевать футболку очень трудно, к тому же родителей приводит в бешенство, когда я пробую это делать». Так что в следующий раз он даже и не попробует надеть ее самостоятельно.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.