

ЕСЛИ РЕБЕНОК «СХОДИТ» С УМА

(СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ)

Одно родители должны помнить всегда: малыши капризничают не потому, что они хотят рассердить своих мам и пап или достичь определенную цель. Они просто не могут унять свое упрямство. Это выше их сил. Ребенок упрямится, так как высшие силы – и необязательно родители – перечеркивают его планы. Он в замешательстве и не готов к такой ситуации.

Во время приступа упрямства у детей вырабатывается определенное количество адреналина – гармона, вызывающего стресс. И тут они показывают невероятную силу, бросаются на пол, брыкаются ногами, размахивают руками. Но чаще всего кричат, пока у них не перехватит дыхание. А отдышавшись, продолжают все по-новому.

Если приступ упрямства протекает особенно бурно, тогда малыши стучат головой о стену или пол. А некоторые из них даже задерживают дыхание, пока не упадут в обморок. Понятно, что, увидев такое, родителям становится не по себе, они пугаются. Но все это не так страшно, как это может показаться. Дыхание восстанавливается вновь, прежде чем критическим (в необходимых случаях помогает мокрый компресс на лоб). Во время приступа упрямства дети плохо слышат и видят, не переносят, если в этот момент их трогают руками. Они полностью не владеют собой.

Обычно приступ упрямства продолжается несколько минут. В тяжелой форме – до часа. И тогда уже не ребенок владеет своими чувствами, «а чувства владеют ребенком», пишет Лилля Кемплер – профессор психологии из Монстера. Приступы очень утомительны для детей. Во время него они расходуют почти все свои силы, а после чувствуют себя опустошенными.

Предугадать, когда произойдет вспышка упрямства, возможно не всегда, так как родители не всегда могут предугадать планы своих детей. Самая лучшая тактика – это предоставить вашему ребенку как можно больше духовной и физической свободы. Так ли уж плохо, если во время субботней прогулки ваш малыш с удовольствием шлепает по луже или занят поиском корешков в земле.

Родителям следует хорошо подумать, удобен ли момент, чтобы утихомирить своего ребенка, могут ли вообще в данной ситуации что-либо у него просить или требовать. Мать, которая в субботний день нагружена покупками, вряд ли имеет шанс разъяснить своему сыну, что сейчас невозможна прогулка в парк. Возможно, ей удастся его убедить, если он она переключит внимание малыша на что-нибудь интересное. Или скажет: «Попробуй-ка, не сможешь ли ты нести один из свертков. Мне тяжело».

Приступа упрямства у детей иногда можно избежать с самого начала. Они очень не любят, когда их прерывают во время игры. Досадно, когда мать, как нарочно, зовет есть, когда ее малыш занят своей игрушечной лошадкой. Или, когда отец говорит своей дочери, что пора идти домой, в тот самый момент, когда песочная крепость почти завершена.

В такой ситуации поможет только одно – медленная подготовка на предстоящее изменение. Если отец скажет: «Послушай, когда большая стрелка часов поднимается вверх, нам пора идти», - тогда дочка сможет настроиться на уход и сделает последнюю башню из песка побыстрее. Или если мать скажет своему сыну за четверть часа до еды, что пора заканчивать игру, то он, возможно, не станет ей возражать, а постарается уложиться в срок.

ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ

Период упрямства начинается примерно с 18 месяцев. Но есть дети, которые начинают упрямиться уже в первый год жизни.

Как правило, фаза упрямства заканчивается после трех лет. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте тоже вещь вполне нормальная.

Пик упрямства приходится на второй год жизни.

Мальчики упрямятся сильнее и чаще, чем девочки.

Приступ упрямства чаще всего происходит в первой половине дня.

В фазе упрямства приступ случается у детей по пять раз в день. У некоторых – до 19 раз!

Если дети по достижении трех лет все еще продолжают часто упрямиться, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве. Чаще всего это – результат соглашательского поведения родителей. Они поддались нажиму со стороны ребенка.

ЧТО МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ

Не придавайте большого значения упрямству. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.

Оставайтесь во время приступа упрямства рядом с ребенком и дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает.

Не пытайтесь в это время что-либо внушать вашему ребенку. Ругань в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно возбужден и не может вас понять.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

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