

Капризы и истерики детей - причины и способы реагирования.

*Подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 135»
Кубрак Оксана Владимировна*

В возрасте от 1 до 3-5 лет в жизни ребенка происходит колоссальная перестройка: каждый день получают новые знания, ребенок быстро развивается, все больше и больше понимает и умеет...

Именно в этот период жизни эмоциональные конфликты воспринимаются очень остро и появляются детские истерики, ребенок начинает капризничать, когда понимает, что кроме слова «да» существует и слово «нет».

Этот период называется «первый возраст упрямства», второй возраст приходится на 12-14 лет. Спокойный и покладистый до этого момента ребенок вдруг начинает вести себя просто неузнаваемо: отказывается выполнять какие-либо требования, становится очень капризным, при этом его поведение выглядит очень некрасиво: плачет, кричит, топает ногами, все расшвыривает, падает на пол и сучит ногами....

А на самом деле причины такого поведения достаточно просты, но не всегда взрослым удается их правильно понять.

Ниже приведены основные причины капризов:

1. Ребенка что-то беспокоит или он болен. Причем малыш может даже и сам не понимать, что же именно у него болит – ребенок еще не настолько совершенно владеет своим телом как взрослый и не всегда может сообщить что с его организмом что-то происходит.

2. Причина каприза может крыться в желании привлечь к себе внимание взрослого. Здесь может быть 2 пути: либо ребенком двигают эгоистические причины и ему просто хочется постоянно чувствовать ваше присутствие, либо же ему действительно не хватает вашего внимания, если это так – это повод серьезно задуматься и пересмотреть ваши отношения.

3. При помощи каприза ребенок пытается добиться чего-то очень сильно желаемого. Например, это может быть новая игрушка, нежелание уходить с площадки или что-то еще, что, по мнению ребенка нужно получить «здесь и сейчас», а родители, по каким-то неведомым для малыша причинам не делают этого.

4. Через капризы ребенок может выражать протест, если ваш стиль воспитания излишне авторитарен. Ребенок – тот же человек, но еще маленький, и ему тоже нужна определенная свобода. Задумайтесь, часто ли

вы говорите своему ребенку: «Ты наденешь эту футболку!», «Это трогать нельзя!», «Прекрати болтать ногами!» и др..

5. Никакой явной причины может и не быть. Может быть, ваш малыш не выспался? Или получил слишком много новых эмоций за день? А возможно, в вашей семье происходят какие-то внутренние конфликты, ребенок – как индикатор семейных отношений – все чувствует, и порой, чтобы мама и папа не ругались, просто переключает свое внимание на себя, пускай даже и таким некрасивым способом.

Попробуем рассмотреть эти 5 причин более подробно и посмотрим, как можно помочь вашему малышу в различных ситуациях.

Ребенок заболел.

Признаками заболевания ребенка могут служить изменение поведения и снижения аппетита. Малыш еще не может сказать, что он заболел, но он может становиться легко возбудимым, без причины плакать, плохо кушать. Внимательные родители сразу замечают эти признаки. Выясните не болят ли у ребенка ушки? При отите дети наиболее часто выражают беспокойство. Также дети дошкольного возраста часто страдают болями в животе, причем не обязательно это признак какого-либо заболевания. Животик может беспокоить детей с повышенной возбудимостью. Головная боль – это также верный сигнал заболевания, здоровых деток эта проблема редко беспокоит.

Есть много способов выяснить, не заболел ли ваш малыш — это может быть беседа, осмотр или просто наблюдение за ребенком. Нужно быть готовыми к тому, что заболевший ребенок требует больше внимания. Даже взрослому человеку болеть плохо, что уж говорить о малышах.

Очень часто, когда ребенок болеет, он становится буквально центром семьи – все стараются его побаловать, развлечь, угостить чем-нибудь сладким. И ребенок, поняв, что при помощи заболевания можно добиться повышенного внимания к себе, может начать манипулировать взрослыми при помощи симуляции заболеваний. Тут главное не переусердствовать.

Призыв к общению.

С самого рождения ребенку необходимы проявления родительской любви. Но если малыш постоянно находится в чрезмерной опеке, он привыкает к этому и начинает бессознательно злоупотреблять повышенным к себе вниманием. Ближе к концу первого года жизни крик ребенка уже может означать не только желание удовлетворения потребностей (попить, поесть, мокро, холодно и т.д.) Плач становится еще и способом привлечь к себе внимание родителей, позвать их к себе. Безусловно, не стоит ограничивать кроху в общении, но вместе с тем не нужно бросать свои дела и бежать к ребенку при первом же крике.

Родительский запрет.

Нередко причина слез малыша кроется в неожиданном запрете родителей. Например, слишком частое употребление сладостей привело к диатезу, врач порекомендовал вам на время прекратить давать сладкое. Но как этот запрет донести до ребенка? Или другая ситуация — вы слишком часто шли на уступки и ребенок просто перестал вас слушаться и стал неуправляемым. Маленькому ребенку трудно понять, что значит «нельзя», а что значит «можно». И вы, как родители, должны ему в этом помочь, но не забывайте учитывать возрастные особенности малыша.

Дети очень живо реагируют на яркие, блестящие вещи. Например, ребенок увидел красивый хрустальный стакан. Вполне естественно, что он будет криком и слезами добиваться, чтобы вы дали ему эту «игрушку». Чтобы предупредить такие ситуации, возможно, имеет смысл убрать все заведомо опасные вещи из поля зрения ребенка. Или другая ситуация: любящие родители скупили уже весь ассортимент ближайшего детского магазина, но проходит совсем немного времени и ребенку надоедают все его игрушки и он требует чего-то новенького, чего он еще не видел. Не стоит давать малышу все игрушки сразу, лучше менять их время от времени.

Очень большое заблуждение думать, что ребенок маленький и поэтому ничего не понимает. Это не так. Малыш понимает намного больше, чем вам кажется. А капризы и истерики — это способ проверить вас и вашу реакцию. Вы должны быть последовательны и тверды в своих действиях. Нельзя сегодня запрещать, а завтра разрешать. Этим вы еще больше запутаете ребенка.

Некоторые трудности возникают, когда приходит пора отдавать ребенка в детский сад. Очень хорошо, если до этого момента вы много беседовали с вашим малышом, и он хорошо усвоил что такое «можно» и «нельзя». Тогда перед посещением садика вам будет достаточно еще раз поговорить с ребенком и объяснить, что все на свете купить невозможно, что у одного есть машинка, у другого пистолетик, у третьего танк. Что гораздо веселее играть всем вместе, что игрушками можно делиться. Можно поиграть в «Магазин». В процессе покупок ребенок поймет, что деньги имеют свойство заканчиваться и что не всегда желаемое становится доступным.

Разговаривайте со своим ребенком как с равным. Вам будет легче найти общий язык, если ваш малыш почувствует, что вы его понимаете, что вы хотите разобраться с ним вместе в его бедах и проблемах. Так многих капризов и истерик удастся избежать, а ребенок будет расти более спокойным и рассудительным.

Самоутверждение.

Чрезмерно-восторженное отношение родителей формирует в детях эгоизм и себялюбие. Ребенок становится нетребователен к себе, но свертребователен и нетерпим к другим. При этом не редкость, что детки так устают от излишних проявлений родительской любви, что у них

возникает эмоциональное перенапряжение, которое выражается в капризах, слезах, упрямстве, противостоянии любым действиям взрослых.

Исследования психологов показывают, что для гармоничного развития ребенку уже с раннего возраста нужен определенный баланс свободы и опеки. Малыш должен понимать, что его не только повсеместно опекают, но и дают ему право самостоятельного выбора, уважают его мнение, понимают его.

«Здесь не играй!», «Это в руки не бери!», «Туда не ходи!» — это лишь малая часть фраз, которые слышны на детских площадках с утра до вечера. Да, безусловно, детей нужно оберегать, но как ребенок должен научиться самостоятельности, если ему не дают никакой свободы? Ребенок – не кукла, не игрушка. Гиперопека приводит лишь к тому, что ребенок так и рискует остаться инфантильным уже во взрослом возрасте, неспособным жить без чьих-то указов и подсказок, неготовый принимать ответственные решения. Гораздо лучше будет, если вы попытаетесь объяснить вашему малышу как лучше действовать в тех или иных жизненных обстоятельствах.

Не редкость, когда авторитарный стиль воспитания просто удобен родителям. Конечно, гораздо проще, когда ребенок тих и спокоен, когда он не доставляет никаких хлопот, не отвлекает взрослых просьбами поиграть. Каким может вырасти такой малыш? Будет ли он при этом гармонично и всесторонне развитым? Или так и останется на всю жизнь забитым и ограниченным?

Невидимые причины капризов.

Для ребенка в возрасте до 5 лет любая жизненная ситуация может стать сильным раздражителем вследствие недостаточности жизненного опыта и не умения критически оценивать ситуации. Известно, что люди рождаются с различными нервными системами. Обладатели сильного типа нервной системы не расстраиваются из-за пустяков, более восприимчивы к различным раздражителям, устойчивы к неприятностям. Те же, у кого слабый тип нервной системы отличаются повышенной чувствительностью, они более ранимы, сильнее и дольше переживают неприятности.

Так, например, дети со слабым типом нервной системы острее реагируют на боль – любая царапина вызывает у них слезы, комочек в каше может вызвать рвоту, а просмотренный на ночь фильм может лишить сна... Такого ребенка бывает достаточно трудно отвлечь, если он плачет. Если вы замечаете, что стрессовое состояние у малыша не проходит, обратитесь к невропатологу или психологу.

Общие рекомендации.

- Чтобы избежать нервных расстройств и капризов, старайтесь проводить с вашим ребенком больше времени вместе.
- Обратите внимание на то, какая атмосфера окружает ребенка. Если малыш постоянно наблюдает ссоры родителей, агрессию по отношению к нему самому, либо часто возникают конфликты на улице – все это может послужить сверхсильными раздражителями для малыша.
- Если истерика все же возникла, ее нужно гасить как можно быстрее, не доводя до критического состояния. Во время истерик ребенок переживает сильнейший внутренний конфликт.
- Не редкость, когда капризы ребенка связаны с тем, что ему попросту не хватает внимания и душевного тепла. Не нужно бояться показывать ребенку, что вы его любите. Не редкость, когда родители, боясь вырастить избалованного ребенка, считают, что не стоит откровенно выражать свои чувства. Это не так. Человек в любом возрасте должен чувствовать, что он любим, а особенно это важно для малыша.
- Одним из наиболее действенных способов борьбы с капризами, является переключение внимания на что-то другое. Например: «Смотри, у тебя на плече сидит и плачет капризка, давай ее прогоним?» или: «Ты смотри, какие большие слезки пропадают! Давай-ка соберем их в бутылочку!». Также можно отвлечь малыша каким-то новым ярким предметом или предложить ему почитать любимую сказку, посмотреть с ним вместе мультфильм.
- Для малыша общение играет очень большую роль! Когда ребенок чувствует родительскую любовь, то он сам становится более понимающим и нежным.