

## **Памятка для родителей «Как вести себя с непослушными детьми»**



Когда ребёнок начинает хныкать, возьмите его за руку и мягко скажите: «Ты капризничаешь. Пожалуйста, спроси тоже самое обычным тоном»

Если вы решили твёрдо стоять на своём, несмотря на капризы, предупредите ребёнка об этом. Старательно и точно объясните ему новые правила.

Ругань и просьбы прекратить на детей обычно не действуют. Дети не отдают себе отчёта в том, когда они начинают капризничать, поэтому не понимают, как контролировать подобное поведение.

Задайте себе вопрос, не подражает ли ребёнок вам. Иногда мы бурно реагируем на поступки ребёнка, напоминающие наши собственные, потому что слишком хорошо знаем свои недостатки. В других случаях мы бурно реагируем на поступки ребёнка ничем не напоминающие наши, только потому, что не можем его понять. Осознав это, мы поможем сами себе.

Понимая свою негативную реакцию на поведение ребёнка, мы сможем избежать разногласий. Старайтесь думать не о сопротивлении, а об изменениях.

Не добивайтесь 100-процентных изменений: для начала удовлетворитесь 60-процентами.

Не стыдите ребёнка и не отталкивайте его. Никогда не говорите: «Как не стыдно!» или «Я не люблю тебя». Не читайте долгих нотаций по каждому поводу. Добивайтесь своего с помощью кратких – чем короче, тем лучше – и простых наставлений.

Иногда дети упрямятся и капризничают перед началом болезни или в период выздоровления. Подумайте, не связано ли поведение ребёнка со слишком длительным пребыванием перед телевизором.

Подумайте, не стимулирует ли ребёнка избыток активности. Некоторым детям необходим мостик между предельной активностью и временем тихих игр. Им приносят пользу успокаивающие занятия: купание, чтение сказок, прослушивание записей.

Большинство детей «перерастают» свои капризы, как только научатся ясно выражать свои желания. Обычно родители замечают значительное улучшение в трёхлетнем возрасте. Если ребёнок и позже остаётся «трудным», обратитесь к педиатру.

Вместо того чтобы реагировать на недозволенное поведение ребёнка, попытайтесь выявить случаи хорошего поведения и вознаградить ребёнка объятиями, поцелуями и похвалой.