

Чек-лист из раздела «Экспресс-приемы»

Ребенок капризничает: что сделать родителю

- Спросите о потребностях.** Когда ребенок плачет, потому что что-то хочет, – он подает вам сигнал своим плачем. Учите его говорить о своих потребностях и эмоциях, которые он испытывает. Попросите: «Не плачь, а скажи словами». Это заложит дальнейшую работу над навыком конструктивно выражать свои чувства.
- Учите договариваться.** Вместо того, чтобы возмутиться поведением ребенка, предложите ему договориться: «Хорошо, давай ты посмотришь мультики еще пять минут, но потом сам умоешься и почишишь зубки».
- Используйте игру.** Когда ребенок капризничает, потому что не хочет что-то делать, внесите игровой элемент. Объявите соревнование: кто быстрее оденется в детский сад. Устройте «погоню» игрушечной полицейской машинкой: «Похоже, мне придется арестовать все игрушки, которые не хотят убираться в коробку».
- Будьте последовательны в правилах.** Не уступайте капризам ребенка и не выполняйте его желания просто потому, что он плачет, – это даст ему мотивацию продолжать вести себя в том же духе и в следующий раз, когда ему что-то понадобится. Убедитесь, что и другие члены семьи не подкрепляют нежелательное поведение ребенка, и не саботируют правила, которые вы устанавливаете с ребенком.