

## Капризы и упрямство детей раннего возраста.



Родителям детей раннего возраста нередко приходится сталкиваться с капризами и упрямством. Не просто понять поведение ребёнка, разобраться с причинами негативизма.

Подумаем вместе: как вести себя родителям и что делать с кричащими, топающими, малышами? **Помните всегда:** дети капризничают не потому, что они хотят рассердить пап и мам, или достичь определённую цель, они просто не могут унять своё упрямство. Во время приступа упрямства у детей вырабатывается большое количество адреналина - гормона, вызывающего стресс. И в состоянии стресса они показывают невероятную силу: падают на пол, стучат ногами, машут руками, кричат, пока не перехватит дыхание.

Во время приступа упрямства дети часто «не слышат и видят», не переносят прикосновений. Они не владеют собой. Приступы очень утомительны для детей: они расходуют почти все свои силы, а после чувствуют себя опустошёнными.

### Что делать родителям?

- Предугадать, когда произойдёт очередная вспышка упрямства, не всегда возможно. Предоставляйте ребёнку как можно больше физической активности: пусть малыш во время прогулки с удовольствием топает по лужам (в одежде, которую легко почистить) или выкапывает «клад» из земли?
- Приступ упрямства можно избежать, если дать возможность ребёнку завершить игру. Некоторые дети болезненно реагируют, когда их игру прерывают. Аккуратно подключитесь к игре и постепенно приведите к ее совместному завершению.
- Спокойно примите к сведению начавшийся приступ упрямства, но сохраняйте спокойствие.
- Не пытайтесь во время приступа что-либо внушать вашему малышу. Ребенок сильно возбуждён и не сможет вас понять.
- Если вы сказали: "Нет", будьте терпеливы и настойчивы. Отступать нельзя! Любая непоследовательность в воспитании (Ну, хорошо! Возьми, только не кричи!) может привести к формированию манипулятивного поведения со стороны детей.
- Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ упрямства у ребёнка протекает в общественном месте. Возьмите ребенка за руку и уведите подальше от случайных «зрителей».

### Что необходимо знать:

- Дети очень чувствуют настроение родителей. Старайтесь не показывать ребёнку своего раздражения, отрицательных эмоций. Это может усилить приступ упрямства.
- Период упрямства начинается примерно с 18 месяцев. Но есть дети, которые начинают упрямиться уже в первый год жизни.
- Как правило, период упрямства заканчивается после трёх лет. Ситуативные приступы упрямства в более старшем возрасте тоже возможно.
- Пик упрямства приходится на второй год жизни.
- Мальчики упрямятся чаще и сильнее, чем девочки.
- Приступ упрямства чаще всего происходит в первую половину дня.
- Приступ упрямства может повторяться до пяти раз в день. У некоторых - до 20 раз!

Если дети по достижении трёх лет всё ещё продолжают часто упрямиться, то вероятнее всего речь идёт о «фиксированном» упрямстве. Чаще всего — это результат непоследовательности родителей. Вероятнее всего они поддались нажиму со стороны ребёнка.