

## Как управлять трудным поведением ребенка?

Дети чувствуют себя в безопасности, если их родители строгие и одновременно любящие и понимающие. Говорите «да» так часто, насколько это возможно, но если вы сказали «нет», будьте тверды в своем решении.

Протесты, слезы и особенно визг детей очень трудно выслушивать спокойно. Нередко родители стараются прекратить это запретами, попытками отвлечь или не замечать капризы. Дети же обычно перестают жаловаться, если их внимательно выслушивают и, если это возможно, пытаются решить проблему.

Маленькие дети обычно имеют много поводов для огорчения, хотя мы и делаем все возможное, чтобы уберечь их от этого. Важно уметь понять это все с точки зрения ребенка. Причем необходимо, чтобы дети учились справляться с трудностями сами, поэтому лучше всего не стараться решать все за них.

Когда ребенок чем-то обеспокоен, необходимо дать понять, что его понимают и разделяют его проблемы. Это дает ребенку чувство защищенности и уверенности в себе, так как гораздо хуже, если дети ощущают себя отвергнутыми, непонятыми и напуганными.

Маленьким детям очень важно знать, что родители принимают их такими, какие они есть. Они могут это понять с помощью:

- улыбок и добрых слов;
- готовности понять их и принять серьезно;
- осознания, что их любят.

Естественны для ребенка боль, волнение, гнев. Если дети плохо себя ведут, для этого всегда есть причина. Но они могут быть еще слишком малы, чтобы уметь объяснить это. Даже если невозможно узнать причины плохого поведения, важно помнить, что и «беспричинное поведение» скорее всего имеет обоснование с точки зрения ребенка. Знание этого облегчит решение данной проблемы.

У большинства маленьких детей есть множество проблем, которые заставляют их чувствовать себя беспомощными и взволнованными. Причинами этого могут быть разнообразные перемены в режиме дня, питания, общении с незнакомыми взрослыми и детьми, болезни. Важно дать детям почувствовать себя понятыми в любой ситуации. Однако необходимо не только сочувствовать ребенку, но и вместе с тем не позволять ему делать только то, что он захочет. Иногда дети понимают, что капризы помогают им добиться желаемого. Если это происходит, дети становятся все больше неуправляемыми. Так что лучше оставаться твердым.

Советы родителям:

Проблемы со сном?

Придерживайтесь распорядка дня. Помните, что у разных детей разная потребность в продолжительности сна.

Проблемы с едой?

Старайтесь кормить ребенка регулярно. Не настаивайте на еде, но продолжайте ненавязчиво предлагать ее.

Вспышки гнева?

Детям нужны строгие ясные правила поведения так же, как и отзывчивое, участливое понимание. Умейте говорить «да» и «нет». Иногда это может помочь детям почувствовать себя со стороны родителей защищенными и уверенными.

