

Способи заспокоїти примхливу дитину

Примхлива поведінка - вікова особливість маленьких дітей, і батькам під силу з нею впоратися



Ваша дитина починає хникати з будь-якого приводу? Ви схвильовані тим, щоб ця поведінка не увійшла в неї у звичку? Примхлива поведінка дитини - привід для занепокоєння для багатьох мам. Але не варто впадати у відчай. Правильний підхід до малюка допоможе впоратися з усіма труднощами перехідного періоду (а таких періодів за весь час зростання й дорослішання дитини ще буде чимало).

Чому дитина вередує?

Примхлива поведінка не з'являється сама по собі. Як немовля плаче в перші тижні життя, так і дитина дошкільного віку часто **ниє** й вередує. Дитина в процесі зростання вчиться багатьох речей і починає розпізнавати емоції. Спочатку їй важко їх висловлювати адекватним способом. Крім того, малюк часто зіштовхується з неможливістю отримати те, що він хоче, і висловити свої потреби. Крики й вередування - один з найпростіших, на думку малюка, способів привернути до себе увагу батьків і отримати бажане.

Дитині необхідна допомога батьків практично у всьому, що вона робить. Вона хоче, щоб ви приділяли їй увагу й час, виявляли до неї **любов** і турботу. Іноді вона починає вередувати просто для того, щоб привернути вашу увагу. Вона чинить так, коли бачить, що ви зайняті чимось і не приділяєте їй часу. У таких

ситуаціях малюк може не почуватися в безпеці й вередувати.

Як заспокоїти примхливу дитину

Дитина вередує для того, щоб отримати бажане, а не тому, що хоче дошкулити вам. І це абсолютно нормально для її віку. До того ж, те, що вона хоче, - не обов'язково погано. Пропонуємо розглянути кілька порад, які допоможуть заспокоїти малюка.

Спосіб № 1. Розкажіть дитині, якою ви бачите її поведінку

Дитина не здатна побачити свою поведінку збоку. Замість того, щоб закликати малюка до нормальної поведінки, просто поясніть йому, як він поводиться.

Коли він вередує - скажіть йому, що саме це й називається примхливою поведінкою. Навчіть малюка розрізняти вередливий голос від не вередливого. Хваліть дитину щоразу, коли вона буде поводитися добре в подібних ситуаціях.

Спосіб № 2. Зберігайте спокій, але й не поступайтеся

Примхлива поведінка дитини спрямована на те, щоб ви розсердилися та зникнули в присутності інших людей. Покажіть малюкові, що така поведінка не працює. Звичайно, є спокуса зробити те, що вимагає дитина, щоб вона припинила вередувати. Тільки пам'ятайте, що в такому випадку вона буде кожного разу вдаватися до подібної поведінки, щоб отримати бажане.

Скажіть дитині, що вам важко її зрозуміти, коли вона вередує, і спокійно попросіть її говорити нормальним тоном. Повторюйте це кожного разу, коли вона вдається до такої поведінки. Це допоможе малюкові зрозуміти, як потрібно правильно розмовляти.

Коли він почне розмовляти нормальним тоном - будьте до нього уважні й не ігноруйте. Часто батьки не помічають, що говорить дитина, поки вона не почне вередувати. Переконайтеся, що ви завжди уважні до потреб малюка, особливо якщо він намагається поводитися нормально.

Спосіб № 3. Приділіть дитині максимум часу й уваги

Найчастіше дитина вередує, щоб привернути вашу увагу. Тому переконайтеся, що ви уважні до неї. Показуйте це за допомогою жестів. Наприклад, кивайте головою, коли дитина вам щось розповідає.

Розмовляйте з малюком якомога частіше. Коли він намагається висловити свої думки, сядьте, щоб бути з ним на одному рівні, і дивіться йому в очі. Так він зрозуміє, що ви уважні до нього, а його слова для вас дуже важливі.

Коли дитина робить щось цікаве або суттєве - дайте їй зрозуміти, що вона особлива. Обійміть її, поцілуйте або поаплодуйте їй. Одним словом, приділіть їй увагу. Не обов'язково відразу ж реагувати на кожну дію дитини або відволікатися від того, що ви робили до цього. Дайте зрозуміти, що коли ви не можете приділити малюкові увагу негайно - ви зробите це при першій нагоді.

Поясніть, що вам потрібно трохи часу: «Я вимкну плиту й візьму тебе на руки» або «Я помию руки й дістану тобі іграшку». Такі фрази дадуть зрозуміти, що ви почули про його потреби, і скоро приділите йому час. Подбайте й про те, щоб приділити увагу малюкові в найближчі кілька хвилин і не допускайте, щоб він почав вередувати.

Спосіб № 4. Уникайте того, що викликає в дитини примхливу поведінку

Імовірно, ви помічали, від чого саме дитина починає вередувати. Намагайтеся всіляко уникати цього. Плануйте свій розпорядок протягом дня з огляду на розпорядок дитини, а не тільки так, як зручно вам. Вам може здаватися, що після обіду найкраще сходити в супермаркет, тому що в цей час там мало людей. Але це може бути часом для післяобіднього сну малюка, і якщо замість цього взяти його з собою в магазин, він може стати дратівливим.

Дитина найкраще почувається, коли дотримується свого розпорядку, тому намагайтеся максимально його враховувати. Якщо вам все ж доводиться відхилитися від графіка - подумайте, як заспокоїти дитину в цій ситуації. Наприклад, якщо ви йдете в супермаркет під час післяобіднього сну малюка - візьміть для нього щось смачненьке або виділіть час для сну до або після походу до магазину.

Примхлива поведінка природна для всіх дітей, і ваша дитина - не виняток. Дотримуйтеся вищеперерахованих порад, щоб цей етап розвитку пройшов якомога легше.

Джерело : <https://childdevelop.com.ua/articles/upbring/4259/>

