

## 10 способов помочь вашему ребенку вести себя хорошо.

Невозможно добиться желаемого поведения ребенка, постоянно одергивая и ругая его. В большинстве случаев, чтобы избежать капризов ребенка, родителям достаточно исключить ситуации, в которых дети чаще всего капризничают и вредничают. Рассмотрим несколько позитивных шагов, которые помогут ребенку вести себя хорошо.

1. Держите вне досягаемости малыша все предметы, которые ему нельзя трогать. Особенно такие источники опасности, как ножи, спички, лекарства и бытовую химию. Чем чаще ребенок видит такие предметы, тем больше у него искушение нарушить запрет и поиграть с ними.

2. Давайте выход детской любознательности. Позволяйте ему играть с водой, крупами, экспериментировать с тестом и проч.

3. Используйте детскую мебель. Дети с удовольствием занимаются творчеством за «своим» столиком. А устойчивая детская табуретка в ванной позволит ребенку помыть руки или достать зубную щетку без вашей помощи.

4. Выделите ребенку на кухне «его» ящик, в котором будут находиться безопасные вещи, доступные для изучения, такие как мерная ложка, пластиковые стаканчики, губки для мытья посуды, салфетки, полиэтиленовые крышки от банок и проч.

5. Подстраивайте свои планы под ребенка. Большинство детей хорошо ведут себя утром, но ближе к дневному сну начинают капризничать. Планируйте походы по магазинам или гостям на время «спокойного поведения». Легче скорректировать свое расписание, чем бороться с темпераментом ребенка.

6. Накормите малыша перед тем как отправиться в магазин или на прогулку. Если есть вероятность, что вам придется задержаться (например, в очереди к врачу), возьмите с собой сок и легкий перекус.

7. Займите делом скучающего ребенка. Скука – самая благодарная почва для капризов и плохого поведения. Если Вам необходимо сделать работу по дому, попросите малыша помочь вам. Дайте ему влажную тряпочку, чтобы протереть стол, пока вы моете посуду. Попросите разложить по парам стиранные носки, пока вы гладите белье. Позвольте посыпать сыром блюдо, которое вы готовите. Возможно, такая «помощь» отнимет у вас некоторое время и силы. Но это лучше, чем воевать с капризным ребенком.

8. Если у вас нет выбора и вам необходимо взять с собой ребенка в место, где 3-летнему малышу тяжело находиться (вокзал, поликлиника и т.д.) продумайте все заранее. Возьмите с собой книжки или новые игрушки. Если у вас есть свободное время, уделяйте его малышу – разговаривайте и играйте с ним, тогда он легче перенесет отсутствие вашего внимания, пока вы будете заняты. Не забудьте продумать, чем вы будете кормить малыша.

9. Придерживайтесь распорядка дня. Конечно, не нужно становиться рабом расписания, но дети любят стабильность. Проснулись - почистили зубы – оделись – позавтракали - пошли гулять. Вечером посмотрели «Спокойной ночи, малыши» - убрали игрушки - почистили зубы – почитали книжку – легли спать. Это не только поможет избежать лишних споров о том, надо убирать игрушки или нет, но и подготовит малыша к тому или иному действию.

10. Анализируйте, какие внешние факторы влияют на поведение вашего ребенка. Быть может, он перевозбуждается от большого количества ребят на детской площадке, или от шума и толчеи супермаркета? Многие дети становятся более капризными после длительного просмотра телевизора. Игра с некоторыми друзьями может, наоборот, успокаивать малыша. Используйте положительное воздействие и избегайте отрицательного.

Источники:

1. Учебно-Методический Портал «УчМет»
2. Истратова О.Н. «Большая книга детского психолога», - Ростов н/Д: Феникс, 2008 год
3. А. Лопатина, М. Скребцова «Начала Мудрости, 50 уроков о добрых качествах». – М. 2002 год