

## Капризы ребёнка и детский сад

### *Значение слёз*

Очень часто дети плачут, выражая слезами своё беспокойство. Например, в случае когда мать хочет ненадолго выйти из дома за покупками, оставив ребёнка с бабушкой. Малыш может плакать, даже если любит бабушку и хочет, чтобы мама сходила купила ему гостинец. Взрослых ставят в тупик подобные непонятные слёзы. Выспрашивая малыша о причинах, они часто делают ещё хуже: ребёнок слышит недовольную интонацию и расстраивается, что чем-то задел родителей. В подобной ситуации малыша расстраивает само расставание и беспокойство за маму.

Также многим родителям доставляют огорчения слёзы перед детским садом. Ребёнок не хочет оказываться в незнакомой и непривычной обстановке, с чужой тетей и незнакомыми ему детьми, он испытывает стресс от привыкания к новому и боится, что мама не придёт за ним, что, раз она отводит его в сад, он ей больше не нужен.

Дети и взрослые по-разному понимают слёзы. Для взрослых рыдания – признак чего-то страшного, какого-то непоправимого горя или сильной боли. Именно в таких случаях взрослые люди плачут. Ребёнок же воспринимает слёзы гораздо легче, без тяжелого трагического подтекста. Ребёнок плачет просто чтобы выразить что-то, донести свою мысль. То есть с помощью слёз он общается (потому что не знает ещё в силу возраста, как выразить свою мысль или ощущение по-другому). Родителям стоит помнить об этом кардинальном отличии смысла и значения рыданий и не начинать паниковать при виде плачущего ребёнка.

Если ребёнок плачет при расставании с Вами, поговорите с ним об этой ситуации. Расскажите, что будете делать без него и когда вернётесь. Не переводите разговор на другие темы (подарок, который принесёте в награду за спокойное ожидание; акцент на значимости и ценности членов семьи, которые останутся дома с ребёнком; другие дети, играющие в детском саду). Этим Вы ещё больше запутаете ребёнка и добавите ему новых поводов для капризов. Говорите о том, что сейчас является предметом переживания ребёнка. Посочувствуйте его горю, поясните, почему хотите уйти, малыш ещё не привык к расставаниям с Вами, для него это ещё новое, непривычное событие, которое он воспринимает негативно. Постарайтесь, как можете, смягчить этот негатив, рассказав, что это нормально (уходить на работу или выходить за покупками), обнимите ребёнка, поцелуйте и расскажите, как Вы его любите.

Если Вы решите подчиниться капризам ребёнка и останетесь, то этот разговор и осознание малышом необходимости иногда отпускать маму заниматься своими делами просто будет отложен на неопределённое время.

### ***Уход «по-английски»***

Иногда родители считают, что, чтобы избежать долгих болезненных прощаний с ребёнком, лучше уйти тихо и незаметно, когда малыш отвлётся на что-то. Слез не было, значит, всё в порядке. Однако этим Вы наносите очень сильную обиду ребёнку, шокируете его таким неожиданным предательством. Он будет считать, что родителям не важны его чувства и мнения, раз ему даже не предоставили возможность попрощаться так, как он того хотел. Его обманули.

Ребёнок начинает думать, что Вы боитесь прощаний. А раз их боятся даже его родители, значит, расставание и прощание – это что-то настолько страшное, чего ни в коем случае нельзя допустить. Отсюда протесты, слёзы, капризы. Ребёнок начинает замыкаться на привычном и любимом, чтобы не потерять это, и агрессивно отвергает всё новое, что появляется в его жизни.

Также ребёнка задевает, что Вы считаете его слабым, уходя не прощаясь. В знак протеста против такого мнения о себе малыш либо начнёт вести себя как ещё более маленький ребёнок (плач, крики, капризы), либо станет агрессивно общаться с окружающими (доказывая тем самым свою «силу»).

Хорошего отношения к родителям такие уходы без прощания тоже не добавят. Ребёнок начнёт мучиться, предполагая, что свои непонятные дела без его участия родителям более дороги, чем он сам. Он будет ревновать, а это губительное чувство может помешать увидеть ребёнку родительскую заботу.

Однако такие уходы «по-английски» вредят не только ребёнку, но и родителям. Страшась подобных расставаний малыш начнёт сильнее и сильнее удерживать при себе родителей. Его намеренная агрессия может посорить родителей между собой или с воспитательницей в детском саду. Ревность ребёнка способна сформировать у его родителей чувство вины за то, что они работают, ходят по магазинам, занимаются своими делами. А это в корне неверно. Обманутый в намерении попрощаться ребёнок будет «мстить» родителям плохим аппетитом, сном и заставит родителей ещё больше о себе переживать и беспокоиться.

Процедура прощания для маленького ребёнка очень важна, потому что он ещё только учится отпускать от себя близких людей.

### ***Как лучше прощаться с ребёнком***

Ребёнок испытывает потребность в полной уверенности, что с ним самим и с его родителями во время разлуки ничего страшного не случится, он хочет знать, куда уходит его мама (или папа) и чем она будет там занята, когда она придёт к нему. Также его успокоит факт, что маме приятно заниматься своими делами, но не более приятно, чем проводить время с ним, малышом.

Нужно постараться удовлетворить эти требования малыша, учитывая потребности родителей: не опоздать, оставить ребёнка в безопасном месте и

в хорошем настроении, по возвращении вызвать у него чувство радости и убедиться, что он хорошо провёл время.

Каким образом сделать так, чтобы все были довольны? Во-первых, отвести лишние 5 или 10 минут на прощание, чтобы не опоздать и, в то же время, чтобы не затягивать излишне момент разлуки. Во-вторых, не вдаваясь в излишние подробности, сообщите ребёнку, куда Вы идёте и чем будете там заниматься. Говорите спокойно, доброжелательно и открыто. Ваш тон должен подсказать малышу, что Вам будет приятно Ваше занятие и что Вам ничего не угрожает.

Сообщая ребёнку время, когда Вы вернётесь за ним, ориентируйте малыша на события его жизни, так как с общепринятым обозначением времени по часам он может быть ещё не знаком. Скажите ребёнку, с кем он останется и что будет делать. Этим Вы лишней раз сориентируете ребёнка по времени ожидания Вашего возвращения и избавите его от ощущения брошенности и неизвестности. Он не будет один после ухода мамы, ведь с ним останется воспитательница/няня/бабушка. Он не будет грустить и страдать в одиночестве, его не будет ожидать что-то непонятное и страшное, он будет гулять, играть, есть, спать, снова гулять, а потом Вы вернётесь.

Не следует «подкупать» спокойное прощание с ребёнком подарками. Но если он попросит Вас купить ему что-то, сделайте это (о невозможных вариантах сообщите сразу, чтобы ребёнок не думал, что Вы не выполнили его просьбу, потому что он Вам не важен и Вы забыли о нём). Также время от времени самостоятельно покупайте ему небольшой сюрприз, игрушку или угощение, чтобы малыш понял, что и в разлуке Вы помните о нём.

### *Манипуляция*

Вы можете заранее учить ребёнка прощаться с Вами, но потом всё равно столкнуться с его слезами, прощаясь перед детским садом. Не надо думать, что Вы зря потратили время и ребёнок ничему не научился. Он подрос, осознал, что Вам нужно время от времени расставаться с ним, ему грустно от этого, и он в большинстве случаев будет плакать просто от осознания этого печального факта.

Будьте готовы к тому, что ребёнок может устраивать сцены. Причём такие, которые Вас заденут, ведь он отлично Вас знает и знает, как сделать Вам больно или заставить Вас испытать чувство вины. Многие родители задаются вопросом, неужели их дети настолько плохи, что специально мучают их, чтобы добиться желаемого? Это не так. Просто малыш, увидев, что Вы расстроились после его капризов и слёз, как бы «отдал» Вам свою тревогу и огорчение по поводу расставания. Теперь расстраиваетесь Вы, а он может спокойно играть. Именно с этим нюансом восприятия у детей связан тот факт, что они способны быстро отойти от крайне тяжёлого прощания и спокойно заняться игрой. Они передали свои негативные эмоции, а потому на время «забыли» о них.

В случае, когда родители не уверены в нужности и полезности своих дел (им не нравится то, чем они занимаются, или они подумывают о смене работы), малыш своими капризами и нежеланием отпускать их от себя может ускорить принятие важного решения. Не сваливайте на ребёнка ответственность за это решение, отдавайте себе отчёт, хочется ли Вам на самом деле продолжать заниматься своими делами. Любому ребёнку всё равно придётся привыкнуть к тому, что его родители будут заниматься чем-то другим, помимо его самого. Поэтому искусственно ограждать его от разлук до более позднего времени не стоит, но следует попытаться сгладить неприятие расставаний.

Помните, что, стараясь манипулировать Вами, ребёнок прежде всего спасает себя от стрессов и тревог.

### *Ритуалы*

Как справиться с детскими капризами? В борьбе с истериками и сценами родителям могут помочь ритуалы. Если при прощании Вы будете каждый раз выполнять одни и те же действия, это успокоит ребёнка и поможет ему легче пережить разлук с Вами. Старайтесь регулярно перед расставанием брать на некоторое время малыша на ручки, говорить ему, куда Вы идёте и когда вернётесь к нему, просить его помочь Вам понести зонт или сумку, благодарите его за помощь, говорите «спасибо» и «пока», передавайте ребёнку воспитателю или тому взрослому, с которым он остаётся. Если ребёнок плачет, скажите, что Вам очень жаль, что он расстраивается, но Вы ничего не можете изменить, Вам нужно идти. Не затягивайте прощание слишком долго, уходите.

Когда ритуал станет таковым, то есть повторится уже некоторое количество раз, ребёнку станет легче. У малыша выработается доверие. Мама каждый раз выполняет одни и те же действия и каждый раз возвращается, как и обещала. Ничего страшного не происходит. Неизвестности больше нет, и ребёнок волнуется меньше.

Перед началом посещения детского сада родителям стоит определиться, не будут ли они в ближайшее время менять работу. Малейшее сомнение ребёнок почувствует очень хорошо и обязательно этим воспользуется.

### *Чего нельзя говорить детям*

Есть фразы, которые могут только навредить ребёнку и которые отчаявшиеся родители, тем не менее, регулярно произносят. Все эти фразы так или иначе содержат упрёк.

Первое - это упрёк в том, что ребёнок раньше говорил, что ему нравится воспитательница/бабушка/садик/играть с другими детьми в садике, а теперь он не хочет остаться с этим человеком или за этим занятием.

Второе – это шантаж и угроза лишить ребёнка подарков, раз он не хочет Вас отпускать.

Третье – упрашивание и уговаривание Вас отпустить, жалобы и нытьё.

Четвёртое – упрёк, что плакать стыдно, что ребёнок уже вырос и надо вести себя как взрослый.

Пятое – запугивание, что в случае продолжения истерики Вы не вернётесь за ребёнком и навсегда его бросите в садике.

Не упрекайте ребёнка в том, что он мешает Вам жить другой жизнью.

Запугивания и упрёки всё равно не помогут Вам решить проблему, а приведут к ещё большим капризам.

### ***Как успокоить ребёнка?***

Старайтесь успокоить капризничающего ребёнка не для себя и собственного успокоения, а в первую очередь для него самого, чтобы он не волновался.

Ребёнок ещё мал, он не умеет справляться с новыми негативными переживаниями, никогда не сталкивался с подобным, ему надо помочь, научить. Взрослому он доверяет, считает его сильным и опытным. Вы должны верить ребёнку, что он не специально издевается над Вами, и сопереживать ему.

Как лучше успокоить ребёнка? Во-первых, обнимите его, поцелуйте, прижмите к себе, возьмите на ручки и покачайте, скажите, как любите его и как Вам жаль, что он расстраивается. Можете также посадить его к себе на колени и погладить по голове. Во-вторых, скажите малышу отчего, по Вашему мнению, он так расстраивается (многие дети ещё не осознают этого и, естественно, не могут сказать о своих, непонятных им, переживаниях). Если ребёнок обижается и ругает Вас, не реагируйте на эти слова, слушайте его спокойно и не вступайте в спор. Оправдываться тоже не стоит. Помните, что Вы успокаиваете ребёнка, а не себя самого, поэтому не уходите в дебри самоанализа и рефлексии. Ваше внимание должно быть обращено на маленького человека рядом с Вами.

Не ссорьтесь при ребёнке, не показывайте ему, если расстроены, и уж точно не плачьте при нём. Если Вы сами испытываете потребность в утешении со стороны ребёнка, обратитесь к другим взрослым людям или даже к психологу, но не перекладывайте такой груз на малыша.

Будьте искренны и проявляйте свою любовь. Наберитесь терпения, и тогда капризы отступят.