

## «Детское упрямство»

Родители должны помнить всегда: малыши капризничают не потому, что они хотят рассердить своих мам и пап или достичь определенной цели. Они просто не могут унять свое упрямство. Это выше их сил.

Ребенок упрямится, так как высшие силы (и необязательно родители) перечеркивают его планы. Он в замешательстве и не готов к такой ситуации.



Во время приступа упрямства у детей вырабатывается большое количество адреналина – гормона, вызывающего стресс. И тут они показывают невероятную силу, бросаются на пол, брыкаются ногами, размахивают руками. Но чаще всего кричат, пока у них не перехватит дыхание. А отдышавшись, продолжают все по-новому.

Если приступ упрямства протекает особенно бурно, тогда малыши стучат головой о стену или пол. А некоторые из них даже задерживают дыхание до тех пор, пока не упадут в обморок. Понятно, что, увидев такое, родителям становится не по себе, они пугаются.

Но все это не так страшно, как может показаться. Дыхание восстанавливается вновь, прежде чем станет критическим. Во время приступа упрямства дети плохо слышат и видят, не переносит, если в этот момент их трогают. Они совершенно не владеют собой.

Предугадать, когда произойдет вспышка упрямства, возможно не всегда, так как родители не могут знать всех планов своих детей. Самая лучшая тактика – это предоставить вашему ребенку как можно больше физической и духовной свободы. Так ли уж плохо, если во время субботней прогулки ваш малыш с удовольствием шлепает по луже или занят поиском корешков в земле?

Приступа упрямства у детей иногда можно избежать с самого начала. Они очень не любят, когда их прерывают во время игры. Досадно, когда мать, как нарочно, зовет есть, когда ее малыш занят игрой. Или когда отец говорит своей дочери, что пора идти домой, в тот самый момент, когда песочная крепость почти завершена.

# «Детское упрямство»

## Что необходимо знать.

Период упрямства примерно начинается с 18 месяцев. Но есть дети, которые начинают упрямиться в первый год жизни. Как правило, фаза упрямства заканчивается после трех лет. Случайные приступы в более старшем возрасте вещь вполне нормальная.

Пик упрямства приходится на второй год жизни. Мальчики упрямятся сильнее и чаще, чем девочки. Приступ упрямства чаще всего происходит в первой половине дня.

В фазе упрямства приступ может случаться по пять раз в день.

Если дети по достижении трех лет все еще продолжают упрямиться, то, вероятнее всего, речь идет о «фиксированном» упрямстве. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей. Они поддались нажиму со стороны ребенка.

## Что могут сделать родители:

Не придавайте большого значения упрямству. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.

Оставайтесь во время приступа рядом с ребенком и дайте ему почувствовать, что понимаете как он страдает.



Не пытайтесь в это время что-то внушить ребенку. Ругань в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно возбужден и не может вас понять.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше на этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ упрямства у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

Желаем Вам терпения.