



Чому маленькі діти завжди говорять «ні»?

Коли дитина починає ходити, у неї раптом з'являється власна думка з приводу всього, що вона бачить навколо. Від дитини такого віку батьки дуже часто чують слово «ні». І в цьому немає нічого поганого. З'ясуймо, чому.

Слово «ні» з вуст дитини – це нормально

Трирічний Максимко неохоче носить футболки та сорочки з короткими рукавами. Його мати, Ганна, хотіла б знати причину, але Максим не може пояснити свою нелюбов до футболок. «Він просто стягує футболку із себе зі словами «ні, ні, ні», – розповідає Ганна й додає, що уявлення не має, як цьому зарадити.

Якщо ви вважаєте, що виховання маленьких дітей – це низка нескінченних суперечок, то маєте рацію. За результатами останніх досліджень, 2–3-річні малюки сперечаються з батьками від 20-ти до 25-ти разів на годину. Навіть від самих цих цифр у батьків можуть опуститися руки. Але є і добрі новини. Як стверджують психологи, діти в зазначеному віці починають самостверджуватися, і суперечки з батьками – це один із способів самоствердження. Для дитини навколишній світ усе ще лишається великим і загадковим, і вона почувається в ньому безсилою. Відповідати «ні» на прохання батьків – це нормальний, здоровий спосіб для дитини відчувати, що вона здатна щось контролювати.

Однак постійні конфлікти з дитиною виснажують батьків. Знайти вихід із цієї ситуації буває непросто. Якщо батьки занадто суворі з дитиною або змушують її виконувати їхні вказівки, вона може почуватися безпорадною або наляканою. Дитина може відчувати злість або стати ще більш упертою. Щоб зарадити ситуаціям, коли дитина відповідає вам запереченням, дотримуйтеся таких порад.

Зосереджуйтеся на позитивних моментах

Дитині не подобається чути слово «ні» ще більше, ніж вам. Але подумайте, скільки разів ви говорите його дитині («Не смикай собаку за хвіст!», «Не гойдайся на стільці!»). Цього достатньо, щоб викликати в неї роздратування. Краще повідомляти дитині про те, що ви хочете, щоб вона зробила, ніж про те, чого ви не хочете. Наприклад, після фрази: «Не качайся по підлозі в новій сукні» дитина швидше почне сперечатися, ніж після фрази: «Будь ласка, сядь на диван, щоб твоя нова сукня залишилася чистою». Також важливий тон, яким ви розмовляєте з дитиною. Зрозуміло, якщо дитина почне переходити дорогу без вашого дозволу, ви можете накричати на неї. Але якщо хочете попросити її зробити щось, краще говорити спокійним, але впевненим голосом.

Пояснюйте свої вимоги

Менш імовірно, що дитина влаштує істерику, якщо ви поясните, чому їй не можна вчинити по-своєму. Валентина, мати трирічного Дмитрика, розповідає, що її син любить гратися у дворі, але іноді відмовляється йти туди без мами. Валентині, яка чекає на другу дитину, важко кожного разу відводити сина у двір, тому вона змушена пояснювати йому свою поведінку. «Коли я говорю Дмитру, що в мене в животі живе маленька дитина, він погоджується піти у двір сам і не просить мене іти з ним», – говорить жінка.

Більшість маленьких дітей здатна зрозуміти прості пояснення. Не потрібно вдаватися в подробиці: це може тільки заплутати дитину або вона просто не відреагує на ваші слова.

Не завжди приймайте рішення за дитину

Коли ви час від часу даєте дитині можливість приймати рішення, ви задовольняєте її потребу контролювати ситуацію. Якщо надійшов час обідати, а дитина хоче гратися, запитайте її, що вона хотіла б на обід – молоко чи яблучний сік. Якщо дитина постійно вередує, коли ви її вдягаєте, запропонуйте їй обрати, що вдягти. Коли ви даєте дитині змогу приймати невеликі рішення, вона відчує гордість, і, ймовірно, надалі частіше погоджуватиметься з вами.

Демонструйте позитивний приклад

Усім відомо, що маленькі діти люблять наслідувати дорослих. Використовуйте це, щоб змінити думку дитини, коли вона не погоджується з вами. Наприклад, якщо вона не хоче вдягати шкарпетки, ви можете сказати: «Щось мої ноги замерзли. Я хочу вдягнути шкарпетки, щоб зігрітися. Напевно, ти теж замерз. Одягнімо шкарпетки разом».

Уведіть у спілкування трохи веселощів

У певних ситуаціях дитина завжди говоритиме «ні». Наприклад, якщо ви кажете їй, що вона має припинити гру і йти купатися, то вона точно відмовиться. Але якщо ви перетворите своє прохання на гру, ваша суперечка стане веселим діалогом. Наприклад, ви можете запропонувати дитині порахувати, скільки кроків від її кімнати до ванної. Або разом ви можете придумати жартівливий віршик про купання.

Заохочуйте гарну поведінку дитини

Багато батьків не витримує і купує дитині печиво, коли дитина влаштовує істеріку в супермаркеті. Це може дати вам короткострокову вигоду, але в довготривалій перспективі такі поступки – не дуже добре. Винагороджуючи дитину за погану поведінку, будьте готові, що, імовірно, наступного разу вона поводитиметься ще гірше.

Краще хвалити дитину, коли вона поводить себе добре, обіймати її й цілувати. Позитивне підкріплення може дати гарні результати в довгостроковій перспективі.

Це не означає, що заохочення повинно бути матеріальним, хоча іноді можна купувати дитині частування або давати гроші. Однак натомість краще давати дитині якусь символічну винагороду. Головне – не забувати заохочувати дитину за гарну поведінку і робити це швидко. Дитина ще занадто абстрактно сприймає час, тому обіцянки на майбутнє не спрацюють.

Будьте готові до типових ситуацій, коли дитина каже "ні"

Є певні випадки, коли ви можете точно передбачити, що дитина скаже «ні». Коли вони настануть, використовуйте всі способи переконати дитину.

Час перед сном. Цей випадок найпоширеніший. Діти частіше сперечаються й наполягають на своєму, коли втомилися.

Прийом їжі. Щоб пообідати чи повечеряти, дитина зазвичай повинна припинити гру або якусь цікаву для неї заняття. Це викликає в неї заперечення.

Знайомство з однолітками. Будь-які зустрічі з незнайомими людьми або участь у нових заняттях змушують дитину хвилюватися. Тому вона стає непоступливою, може поводитися не так, як би вам хотілося.

Похід до лікаря. Відмова дитини йти до лікаря цілком очевидна. З минулого разу вона навряд чи забула, які неприємні уколи або ліки, приписані лікарем.