

Как воспитывать активного ребенка

1. Дайте больше свободы

Дайте ему возможность набегаться и напрыгаться. Дома уберите все опасные предметы, шкафы привинтите к стенам. Детские психологи предупреждают: это не означает, что у ребенка должно быть чувство вседозволенности. Например, родительская комната должна быть табу, а вот диваны в гостиной — в полном распоряжении (если вам жалко обивку диванов и кресел, то купите недорогие чехлы или покрывала. Они сохранят вашу мягкую мебель от пролитого сока и фломастеров, следов рук и ножек). Даже самый активный ребенок осознает, что такое «нельзя», если методично демонстрировать это ежедневно.

2. Строгий распорядок дня

Детская психология давно доказала, что режим дня важен для всех детей, но слишком активные дети нуждаются в нем вдвойне. Если малыш знает, что после ужина он всегда идет купаться, а потом в кроватку, и это происходит из дня в день, то он не будет пытаться это изменить, убегая или капризничая.

Активному ребенку дисциплина и строгий распорядок дня помогает сдерживать себя. Всем детям проще вести себя хорошо и быть послушными, когда они четко понимают, что от них ожидают взрослые.

3. Твердость родителей

Здесь действует принцип «кто кого». Или ребенок с помощью своих истерик станет манипулировать и руководить жизнью семьи или родители будут устанавливать свои правила. К примеру, если вы решили, что ребенок будет смотреть мультимедиа только после завтрака или же запретили брать в руки мамин мобильник, то должны настаивать и выполнять собственные запреты, не взирая ни на что. Так ребенок приучится к мысли, что родительское слово — закон.

4. Как гулять на улице с активным ребенком

Как уже говорилось выше, активному малышу необходима свобода, чтобы давать выход своей кипучей энергии. Гуляйте с ним в таких местах, где он сможет бегать без опасения попасть под машину или потеряться. Выбирайте места, где кроху не придется останавливать. Берите на прогулку мяч, самокат или велосипед, чтобы можно было поиграть, а не просто бесцельно носиться по полю. Играйте в игры с правилами. Так малыш будет постепенно приучаться к играм по правилам и осознанным движениям.

5. Вы справитесь с этим!

Активный ребенок может вывести из себя самого терпеливого взрослого. Не стоит «грызть» себя, если вы не сдержались и дали волю эмоциям. Хуже другое — когда ваши

крики ребенок слышит чаще, чем ласковые слова или, когда после того, как наругались, вы тут же начинаете обнимать и целовать малыша. В первом случае малыш с ранних лет осознает, что он проблемный ребенок и не любим в семье. А во втором — совсем запутается в вашей реакции на его поведение.