



Страничка психолога

Рубрика «Педагог-психолог в помощь родителям и педагогам»

Подготовила:
педагог-психолог

Разночинцева Анжелика Александровна

Консультация «Капризы»

Поведение: бурное проявление гнева, плача, крика, топание ногами, катание по полу, попытки укусить, пнуть, плюнуть, пихнуть, швыряние предметов и вещей, хлопанье дверью.

Возможные причины:

- отсутствие требовательности со стороны взрослых, неустановленные границы дозволенного;
- несогласованность в требованиях родителей и членов семьи к ребёнку;
- гиперопека (всё позволено, ребёнок не знает слова «нет» и «нельзя»);
- проявление протеста в ситуации необоснованного подавления взрослыми самостоятельности и инициативы ребёнка;
- перевозбуждение нервной системы ребёнка;
- родители в своих требованиях не учитывают сил и возможностей ребёнка.

Рекомендации:

- ❖ Определите границы дозволенного, не меняйте своих требований, предъявляемых ребёнку. Придерживайтесь единых требований к воспитанию.
- ❖ Предоставляйте ребёнку самостоятельность в делах, которые ему по силам и по возрасту.
- ❖ Разумно организуйте режим дня ребёнка. Соблюдайте режим сна, питания, отдыха и т.п. Чёткий режим создаёт чувство безопасности у детей. Нарушения привычного распорядка приводят к накоплению физической и психической усталости, в результате возникают капризы и истерики.

- ❖ Создавайте условия для совместного семейного позитивного общения (настольные и подвижные игры, творческие занятия, занятия спортом, совместные прогулки и т.п.). **Важно не то, сколько времени вы проводите с ребёнком, а то, как вы его проводите!**
- ❖ Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка. Сопоставьте собственные ожидания с возможностями ребёнка.

Полезные игры дома:

- ❖ **«На что похоже настроение?»**

Взрослый и ребёнок по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их настроение сейчас. Игру следует проводить утром, днём, вечером. Смотреть, меняется ли настроение в течение дня, обсуждать, от чего зависит настроение и как его можно изменить. Начать сравнение лучше взрослому: «Моё настроение похоже на белое пушистое облачко, а твоё?». Интерпретируя ответы детей, учтите, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

- ❖ **«Вежливый мостик»**

Можно играть дома при переходе из одного помещения в другое (из комнаты на кухню и т.д.). «Представь, что перед тобой река. Нам надо перейти на другой берег. Как? *(По мостику)*. Хорошо, но наш мостик необычный. Чтобы по нему пройти, надо назвать волшебное слово».

- ❖ **«Сверхспособности»**

Когда ребёнок говорит: «Не могу! Не получится! Помоги!», предложите ему поиграть в супермена. «Сейчас я тебя, а ты меня превращаешь в супермена. Нужно только съесть ... конфетку (ягоду, выпить сок и т.п.). Какие способности у тебя будут? У меня – переносить предметы. Смотри – я переносу эту корзину с бельём в ванную. А у тебя – давай скорость? И ты быстро сможешь идти (встать с кровати, одеться, покушать и пр.)».

- ❖ **«Кричалки»**

Родители крайне негативно относятся к детскому крику. Тем не менее, это отличный способ снять напряжение. Поиграйте на природе в игры: кто громче/звонче/дольше крикнет и т.п. Это позволит ребёнку снять напряжение, легализовать свои отрицательные эмоции.