

## Капризы

Детские капризы - это способ, выразить свои потребности, которые дети из-за своего возраста еще не могут полностью осознать и объяснить окружающим. Если не обращать внимание на капризы детей, то можно упустить много важной информации о том, что их на самом деле беспокоит.



### Проявление в поведение:

- Бурное проявление гнева
- топание ногами
- плач
- крик
- попытками укусить
- пнуть
- плюнуть
- швыряние вещей и предметов
- катание по полу и тд.

### Возможные причины:

- отсутствие требовательности со стороны взрослых, неустановленные границы дозволенного.
- несогласованность в требованиях взрослого, родителей и членов семьи к ребенку.
- повышенная гиперопека (все позволено, ребенок не знает слова «нет», «нельзя»).
- проявление протеста в ситуации необоснованного подавления взрослыми самостоятельности и инициативы ребенка.
- перевозбуждение нервной системы ребенка.
- взрослые, родители в своих требованиях не учитывают сил и возможностей ребенка.

### Рекомендации:

- Определите границы дозволенного, не меняйте своих требований, предъявляемых ребенку. Придерживайтесь единых требований к воспитанию.
- Предоставляйте ребенку самостоятельность в делах, которые ему по силам и по возрасту.
- Разумно организуйте режим дня ребенка. Соблюдайте РЕЖИМ ДНЯ, режим сна, питания, отдыха и тд. Четкий режим создает чувство безопасности у ребенка. 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, занятия спортом, совместные прогулки, творческие занятия и тд). *ВАЖНО НЕ ТО, СКОЛЬКО ВРЕМЕНИ ВЫ ПРОВОДИТЕ С РЕБЕНКОМ, А ТО, КАК ВЫ ЕГО ПРОВОДИТЕ.*
- Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка. Соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

## ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ ДОМА

### НА ЧТО ПОХОЖЕ НАСТРОЕНИЕ?

Взрослый и ребенок по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их настроение сейчас. Игру следует проводить утром, днем, вечером. Смотреть, меняется ли настроение в течение дня, обсуждать, от чего зависит настроение и как его можно изменить. Начать сравнение лучше взрослому: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко, а твое?» 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 тд.). «представь что перед тобой река. Нам нужно перейти на другой берег. Как?» (по мостику). Хорошо, но наш мостик не обычный. Чтобы по нему пройти, надо назвать волшебное слово».

### **СВЕРХСПОСОБНОСТИ**

Когда ребенок говорит: «Не могу! Не получится! Помоги!», предложите ему поиграть в супермена. «Сейчас я тебя, а ты меня превратишь в супермена. Нужно только съесть... конфету (ягоду, выпить сок, печенье и тд.) У тебя будут какие сверх способности? У меня – давай скорость? И ты быстро сможешь идти (встать с кровати, одеться, покушать...)»

### **КРИЧАЛКИ**

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