**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«АНТРАЦИТОВСКОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**(ЯСЛИ-САД) КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА №15 «СКАЗКА»**

**ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Консультация для родителей и воспитателей**

**«Капризы детей и как с ними справиться»**

**Практический психолог: Драч И.В.**

**Антрацит**

**2018**

**Капризы детей и как с ними справиться.**

Многие педагоги часто сталкиваются в своей работе с капризами детей. Это стало своего рода «бичем» XXI века.

Некоторые мамочки считают это естественным проявлением, думая: "какой ребенок не капризен и не упрям?» и потому надеются, что вырастет малыш – и капризы пройдут. Но это, увы, огромная ошибка.

Дети не рождаются капризными. Решающее значение здесь имеет воспитание.

И. П. Павлов писал в своих комментариях: «образ поведения человека обусловлен не только прирожденными свойствами нервной системы, но и теми влияниями, которые падали и постоянно падают на организм во время его индивидуального существования, то есть зависит от постоянного воспитания или обучения».

Что же такое детские капризы и в чем они выражаются?

Выражаются они внешне в эмоционально - возбужденном состоянии, в неадекватном поведении.

Если малыш хорошо выспался, вовремя погулял, вовремя поел, если постель у него сухая и удобная, если у него ничего не болит, то и капризов с плачем не будет.

Однако - если мать не предупреждает детский плач своевременными мерами - вот тогда у ребенка возникает привычка: добиваться «своего» криком.

У детей второго - третьего года капризы часто связаны с неудовлетворением естественных потребностей (хочет пить, есть, спать, с ощущением физического дискомфорта (замерз, жарко, тесная обувь, одежда, сковывающая движение).

Самая распространённая причина детских капризов – быстрая утомляемость.

Нервная перегрузка также одна из причин детских капризов. И еще одна из причин детских капризов – это однообразная деятельность, невозможность двигаться.

У ребенка могут возникнуть капризы и от перенасыщения впечатлениями. Вот почему не рекомендуется детям смотреть передачи по ТВ. Перегружать ребенка большим количеством впечатлений - это значит наносить вред его здоровью и его нервной системе.

Часто капризы - предвестник заболеваний. Если причины капризов кроются в физическом состоянии ребенка, то они легко устранимы. Ребенок выздоровел – капризы прошли.

Если же ребенок капризничает как говорится «на пустом месте», то только выдержка, невозмутимая настойчивость, умение "не срываться" и не впадать в состояние жалости к ребенку - лучшие помощники в подобных случаях. Такие выпады и бурные сцены рассчитаны на реакцию взрослого. И если возле него нет зрителей и сочувствующих, если никто не бросается к нему, чтобы успокоить его, ему ничего не остается – как прекратить сцену. И если взрослые будут придерживаться такой тактики - тогда привычка имитировать «истерику» постепенно исчезнет.

Никогда не обсуждайте при ребенке его проблемы, даже если вам кажется, что он занят своей игрой и не слушает разговор. Удержитесь и отложите его на тот момент, когда ребенка не будет рядом.

Вместе! Рядом! Вот девиз настоящих родителей.

При этом взрослые должны научиться смотреть глазами ребенка, вставать на его позицию.

**Запомните правила:**

• Активное участие самого ребенка в построении своей жизни и деятельности;

• Планирование деятельности вместе с ребенком, поощрение самостоятельности;

• Развитие у ребенка чувства ответственности за себя и за свои поступки

• Стремление взрослого поддерживать дружеские взаимоотношения, оставаясь старшим и мудрым.

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом. Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства.

Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом, но обязательно говорите от первого лица. Сообщите о своем переживании, а не о его поведении.

**При общении с ребенком придерживайтесь следующих правил:**

1. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит о помощи.

2. Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

3. Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий.

И последнее:

1. Нельзя хвалить за то, что:

• Достигнуто не своим трудом.

• Не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).

• Из жалости или желания понравиться.

2. Надо хвалить:

• За поступок, за свершившееся действие.

• Очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.

• Уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).

3. Нельзя наказывать и ругать, когда:

- Ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни т. к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.

- Ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.

- Что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки)

- После физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, а взрослый ругает его за это, считая виноватым)

- Ребёнок не справился со страхом, невнимательностью и т. д.

- Вы сами не в себе.

Капризы и упрямство присущи избалованным детям, привыкшим к чрезвычайной опеке и излишним уговорам со стороны взрослого.

В любом случае упрямство и капризы - результат неправильного воспитания.