Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Полевского городского округа

 «Детский сад № 65 комбинированного вида»

*Рекомендации педагога- психолога для родителей малышей*

*«Причины детских капризов. Что с ними делать?»*

Прежде всего, наблюдайте за малышом и старайтесь уловить смену его настроения, это может служить предпосылкой к приближающимся капризам. Все дети выражают недовольство по-разному: они могут надувать губы, хмуриться, топать ногами, жмуриться и хныкать. Чтобы не допустить развития скандала, не усугубляйте состояние малыша, а лучше сразу переключите его внимание на что-нибудь интересное и увлекательное. Например, займите ребенка игрушкой, почитайте книжку, покажите картинки, включите веселую музыку или любимый мультфильм. Так, истерика может закончиться, даже не начавшись.

Зачастую причиной капризов малыша является банальная усталость, старайтесь обеспечить детям полноценный отдых и не допускайте переутомления. Очень важен дневной сон – он помогает набраться сил на оставшуюся половину дня. Стоит также выделить малышу отдельное время для игр, поделок и развития: это поможет ребенку чувствовать свободу и самостоятельность.

Не пытайтесь сделать все за ребенка, намного лучше будет, если малыша постоянно подталкивать на верный путь. Ему необходимо учиться самостоятельности и набивать свои шишки. Родители должны поддерживать начинания ребенка и внушать ему веру в себя, но не мучить излишней опекой. Очень важно предоставлять малышу право выбора в бытовых вещах. Пусть он сам решает, что хочет надеть на прогулку, какую игрушку.

лучше взять на площадку и куда отправиться на выходных. Так ребенок поймет: его мнение действительно важно для родителей и к нему прислушиваются, а значит нет смысла устраивать скандалы и капризничать.

В**торой год малыша** – самый важный для его развития. Поэтому приучайте его уже с этих лет к самостоятельности – мытью рук, помощи старшим, уборке игрушек и пр. Чем раньше он станет самостоятельным, тем меньше причин у него будет избавляться от вашей опеки нытьем и капризами.

* **Самый лучший способ борьбы с капризами – это общение с ребенком**. Через игру, через развитие, воспитание. Заинтересуйте малыша новым интересным занятием, сделайте вместе дом для медведя, сыграйте в шпионов, спрячьте клад или отправьтесь в «экскурсию» с познавательным уклоном. Искреннее внимание родителей – лучшее лекарство от капризов.
* Прежде чем кричать, ругаться и отмахиваться от капризного крохи, **разберитесь в причинах его поведения**. Есть ситуации, когда действительно лучший вариант – демонстративно пропустить каприз мимо ушей (например, когда ребенок требует сотую по счету куклу). Но в большинстве случаев для каприза есть причина. Если кроха отказывается чистить зубы – значит, либо ему причиняет эта процедура дискомфорт, либо ему просто лень. В этом случае следует провериться у
* стоматолога, а саму чистку зубов превратить в веселую игру с ароматной пастой и забавной щеткой. Можно поставить специальные песочные часы, и чистить зубки, пока песок не кончится.
* Лучший метод против капризов — **приучение ребенка к правильному распорядку дня** с самого младенчества. Малыш, который хорошо чувствует свой режим дня, всегда более спокоен и собран — это подтверждают педиатры. Только приучение к правильному режиму не должно превращаться в муштру, это необходимо делать настойчиво, но очень мягко и ненавязчиво.
* Если ребенок упрямится и капризничает, категорически не желая чего-либо делать. **Ищите компромисс.** Конечно, это не значит, что нужно под ребенка подстраиваться и позволять все, что ему придет в голову (иногда это может быть просто опасно, во всем нужна мера). Но не заставляйте его чувствовать себя подчиненным – малышу нужна любовь, а не диктат. Не хочет убирать игрушки? Предложите убраться вместе, чтобы потом вы почитали ему перед сном новую интересную сказку. Не хочет мыться? Напустите в ванную пены, купите заводной кораблик и устройте «водные бои».

Спокойствие вашего малыша зависит только от вас. **Научитесь его слушать и слышать**, и все само встанет на свои места.

Составитель: МАДОУ «Детский сад № 65», г. Полевской ул. Меркулова 33, педагог-психолог Опачева Э.П