

# СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ!

## Как преодолеть капризы?

Сначала нужно понять причины капризов и упрямства.

Ими могут быть:

- Нарушение режима дня
- Обилие новых впечатлений
- Плохое самочувствие во время болезни
- Переутомление (физическое, психологическое)

Преодолеть капризы можно, если:

- Все члены семьи будут иметь единые требования к ребенку
- Будут тверды в позиции, дадут понять значение слова «нельзя»
- Научат ребенка хотеть, т.е. вырабатывать настойчивость в достижении цели.
- Будут развивать у ребенка самостоятельность в совместной со взрослыми деятельности.

## Советы родителям, чьи дети страдают истериками.

1. Дать возможность играть ребенку вне дома, где Вы можете не следить за ним строго.
2. иметь дома предметы, которые ребенок может толкать, носить, т.е с которыми может обращаться достаточно бесцеремонно.
3. Иметь достаточно игрушек и предметов домашнего обихода для игры.
4. Реже запрещать ребенку все трогать.
5. Не просить его, например, подойти надеть рубашку, а просто надеть ее на него.
6. Не прерывать бесцеремонно игру ребенка.
7. Укладывать ребенка спать в одно и то же время.
8. Давать смотреть ребенку только определенные программы телевидения, а не все подряд.
9. Приглашать в гости друзей только по определенным дням.



## ЕСЛИ РЕБЕНОК ИСПЫТЫВАЕТ СТРАХИ

Страхи возникают потому, что у дошкольников сильно развито воображение и потому, что как раз в этом возрасте в их сознании начинают возникать причинно-следственные связи, например: «Если темно — не видно опасности, а если ее не видно — я не смогу защитить себя». Дети переживают период конфликта с собой, когда они уже хотят быть независимыми, и, в то же время, им еще нужна защита взрослого.

Некоторые одаренные дети проявляют повышенные страхи из-за того, что у них больше развито воображение, интеллект. В их голове возникают самые невероятные взаимосвязи, в то же время, правильно относиться к ним ребенок еще не умеет.

Страхи перед чудовищами могут представлять собой проявление повышенной тревожности ребенка.

У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них все еще остается далеко не во всем понятным.

Переживать страхи — это нормально, если только они не начинают мешать ребенку играть, заводить друзей и быть (в разумных пределах) самостоятельным.

## КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОБЛЕМУ

- ✓ Создайте у ребенка ощущение безопасности. Это можно сделать, соблюдая режим, находя время для общения с ним.
- ✓ Относитесь с участием ко всем чувствам ребенка, даже если вам не нравится, как ребенок себя ведет:
- ✓ «Я вижу, ты испугался. Думаю, я тоже испугался бы этой большой собаки».
- ✓ Разными методами помогайте ребенку выразить свои страхи и опасения. Для этого можно: поговорить о них; нарисовать их; сочинить страшные истории и записать их.
- ✓ Почитайте книжки, лучше всего традиционные 'сказки, в которых говорится о том, как героям удалось преодолеть трудности и спастись от опасностей.

## КАК СПРАВИТЬСЯ С ПРОБЛЕМОЙ, ЕСЛИ ОНА УЖЕ ЕСТЬ

Не поддавайтесь соблазну сказать что-то вроде: «Нечего тут бояться».

Никогда насильно не заставляйте ребенка сделать то, чего он боится.

Старайтесь поддержать его: «Я знаю, что ты боишься темноты, давай оставим дверь приоткрытой. Я буду в соседней комнате, и ты всегда сможешь позвать меня».

