

## ***Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:***

1. Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.
2. Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5- 4 годам. Случайные приступы
3. упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная.
4. Пик упрямства приходится на 2,5- 3 года жизни.
5. Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.
6. Девочки капризничают чаще, чем мальчики.
7. В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых детей – до 19 раз!
8. Если дети по достижению 4 лет всё ещё продолжают часто упрямяться и капризничать, то, вероятнее всего речь идёт о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.

## *Что могут сделать родители для преодоления упрямства и капризности у детей:*

1. Не предавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.
2. Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
3. Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.
4. Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.
5. Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.
6. Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.
7. Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.
8. Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление "сломать силой авторитета".
9. Спокойный тон общения, без раздражительности.
10. Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.

## Памятка для родителей – «Поведение в период кризиса 3 лет»

Кризис может начаться уже с 2,5 лет, а закончится в 3,5-4 года.

1. Постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.
2. Позвольте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по возможности) в дела ребенка, если он не просит.
3. Помните, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят вечером.
4. Проявите твердость. Установите четкие запреты (нельзя убежать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов не должно быть слишком много, не больше 5. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи (или хотя бы папа с мамой).
5. Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой.
6. При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что-нибудь нейтральное. Вспомнить какую собачку или кошечку Вы видели на прогулке.
7. Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать не хорошо. Отложите это дело до тех пор, пока малыш не успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.
8. Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается, есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но мишка хочет есть по очереди – ложка ему, ложка Коле. Обыграть можно многое: поездку в машине, умывание, одевание...
9. Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривайте с ним как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.
10. Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

## **Чем могут помочь родители малышу при адаптации к детскому саду.**

Родители, видя, насколько ребенку непросто, желают помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

***В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде.*** Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш и какие замечательные воспитатели там работают.

***В выходные дни не меняйте режим дня ребенка.*** Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять «отсыпаться» слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня. Если ребенку требуется «отсыпаться», значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

***Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера.*** Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

***Будьте терпимее к капризам.*** Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите кроху, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).

***Дайте в сад небольшую игрушку (лучше мягкую).*** Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке – заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.

***Призовите на помощь сказку или игру.*** Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. Эту сказку вы можете «проиграть» с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно все это и затевается, чтобы малыш понял: мама обязательно за ним вернется.

## Спокойное утро

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются при расставании. Как нужно организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? Главное правило таково: спокойна мама – спокоен малыш. Он «считывает» вашу неуверенность и еще больше расстраивается.

***И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно.*** Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую кроха берет с собой в садик. Видя, что зайчик «так хочет в сад», малыш заразится его уверенностью и хорошим настроением.

***Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.*** Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не может отпустить от себя, продолжая переживать после его ухода.

***Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда*** (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!

***У вас должен быть свой ритуал прощания*** (например, поцеловать, помахать рукой, сказать «пока»). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

## Не делайте ошибок

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка. **Чего нельзя делать ни в коем случае:**

**Нельзя наказывать** или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держаться слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.

**Нельзя пугать детским садом** («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

**Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.** Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

**Нельзя обманывать ребенка,** говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

