

«Что такое детские капризы?»

**Консультационный материал
подготовлен воспитателем
ГБДОУ № 74 Шабановой Е.П.**

«Как понять своего ребёнка?», «Как научиться быть терпимее к его шалостям и капризам?» - многие родители задают эти вопросы педагогам и психологам. Учёные пытаются не только «вложить знания, умения, навыки в личность ребёнка, но изучить её целостно, со всеми индивидуальными особенностями, неповторимыми проявлениями.

Рассмотрим, определение понятия «*детские капризы*» в различных психолого-педагогических источниках.

Капризы детей (англ. child caprices) — формы поведения, выражающиеся в противодействии и сопротивлении требованиям, советам, указаниям взрослых, в непослушании (*Мещеряков Б., Зинченко В. Большой психологический словарь*).

Мещеряков Б. и Зинченко В. отмечают, что «в раннем и дошкольном возрасте проявление детского каприза сопровождается обычно плачем, криком, двигательным возбуждением и другими аффективными симптомами. При этом детские капризы могут носить характер случайных, эпизодических проявлений. Они чаще всего возникают как следствие заболевания, усталости, перевозбуждения, перегрузки впечатлениями.

Нередко, однако, капризы превращаются в привычную форму поведения, при помощи которой избалованный ребенок добивается осуществления своих желаний. Основная причина возникновения таких капризов — неправильная организация взаимоотношений ребенка с взрослыми.

Капризы детей могут также возникнуть как реакция на разноречивых предъявляемых к ребенку требованиях, на чрезмерные требования со стороны взрослых. Иногда в основе лежат острые и глубокие переживания,

связанные с неудовлетворением потребностей ребенка в любви к нему, внимании, уважении, самостоятельности. Иногда они возникают как своеобразный протест и реакция ребенка на эмоциональную травму. Каприз - это негативная реакция и средство привлечь к себе всеобщее внимание или внимание необходимого для ребенка человека. Капризное поведение обычно присуще детям с неустойчивой психикой и болезненным самолюбием, безынициативным, неспособным самоутвердиться каким-либо другим путем (Волков Б., Волкова Н. Детская психология: от рождения до школы).

Эти игры помогут вашему ребенку снять психоэмоциональное напряжение.

Игры на снятие психоэмоционального напряжения у детей.

Игра «Спонтанное рисование»

Цель: развитие фантазии, отреагирование негативных переживаний, снятие эмоционального напряжения.

Необходимые приспособления: листы бумаги разной формы (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, ножницы, краски, карандаши, разнообразные материалы для аппликации).

Описание игры: в помещении включается приглушенный свет, приятная негромкая музыка. В течение 10-15 минут ребенок может рисовать все, что ему захочется, украшать рисунок аппликацией.

Комментарий: спонтанное рисование снимает психологическое напряжение, актуализирует чувство меры - ребенок останавливается, когда понимает, что экспериментировать больше не стоит. Чувства отражаются на бумаге.

Задача взрослого - дать ребенку полную свободу, разрешить действовать по полю листа так, как ему хочется.

Игра «Клубочек».

Цель: концентрация внимания, снятие эмоционального напряжения.

Описание игры: Ребенку можно предложить смотать в клубок яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый сообщает, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, он успокаивается. Когда подобная игра станет для детей привычной, они сами обязательно будут просить взрослого дать им «волшебные нитки» всякий раз, как почувствуют: огорчение, усталость или «возбуждение».

Игра с песком (крупой) «Археология».

Цель: развитие мышечного контроля, успокоение, снятие возбуждения у ребенка.

Описание игры: Взрослый опускает кисть ребенка в таз с песком и засыпает ее. Ребенок осторожно «откапывает» руку – делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок коснется своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.

Комментарий: Песок можно заменить крупой.

Игра «Ласковые лапки»

Цель: снять напряжение, мышечные зажимы, снизить агрессивность, развить чувственное восприятие, гармонизировать отношения между ребенком и взрослым.

Описание игры: Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т. д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; взрослый объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасается к руке - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Комментарий: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

Игра «Ловим комаров» (Лютова Е. К., Монина Г. Б.)

Цель: снять мышечное напряжение с кистей рук, дать возможность ребенку подвигаться в свободном ритме и темпе.

Описание игры: Скажите ребенку: “Давай представим, что наступило лето, я открыла форточку и к нам в дом налетело много комаров и сейчас мы

будем их ловить. Вот так! Взрослый в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжимая и разжимая при этом кулаки. То поочередно, то одновременно. Ребенок будет “ловить комаров” в своем темпе и в своем ритме.

Упражнение «Спящий котенок»

Цель: снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног.

Описание: Представь себе, что ты веселый, озорной котенок. Котенок ходит, выгибает спинку, машет хвостиком. Но вот он устал, начал зевать, ложится на коврик и засыпает. У котенка равномерно поднимается и опускается животик, он спокойно дышит (повторить 2-3 раза).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, РЕКОМЕНДУЕМОЙ ДЛЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОЗНАКОМЛЕНИЯ С ТЕМОЙ

1. Баенская Е. Р. Помощь в воспитании детей с особым эмоциональным развитием. - М.: Теревинф, 2009. - 109 с.
2. Белкина В. Н. Психология раннего и дошкольного детства. - М., 2005.- 256 с.
3. Беринг Н. Хочу - не хочу! Буду - не буду! Работа с детскими капризами - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 218 с.
4. Биддалф С. Секрет счастливых родителей. - М.:Рипол Классик, 2009. - 240 с.