

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ  
САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 67 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

**Тренинг для родителей детей раннего возраста  
«Маленький шалунишка»**

Старший воспитатель  
О. А. Герман

Дата проведения: 16.12.2022 г.

г. Ставрополь

**Цель:** формирование у родителей положительных установок на эффективное взаимодействие с ребенком.

**Задачи:**

- Анализ проблем взаимодействия с детьми раннего возраста.
- Обучение эффективным способам взаимодействия родителя с ребенком.

**Продолжительность:** 60 минут.

**Оборудование:** цветные стикеры, фломастеры, ножницы, мяч, карточки с практическими ситуациями, 5 листов большого формата с записанными в верхнем углу незаконченными предложениями.

### Ход тренинга

#### **1. Разминка «Яркие бейджи»**

**Ведущий:** - Добрый день, уважаемые родители, мы рады приветствовать вас на тренинге «Маленький шалунишка». Во время работы мы будем общаться друг с другом, поэтому предлагаю всем участникам вырезать цветные карточки, и яркими фломастерами написать на них свои имена - так, как вы желаете, чтобы к вам обращались на протяжении всего тренинга, и закрепить их на одежде. Имена могут быть настоящие (Маша, Мария), или придуманные (Нео). Можно использовать прозвища – так, как называют друзья (Михалыч). Форма карточек может быть любой – ромб, облако, сердце и пр. Затем каждый участник по очереди произносит свое имя – как ему нравится, и демонстрирует жест руками. Остальные хором называют его и приветствуют, копируя движение рук.

Тема сегодняшнего разговора посвящена одной из важных проблем маленького ребенка. Агрессивность, негативизм, «истерика» или протестное поведение – с этими явлениями наверно сталкивается каждый родитель при воспитании ребенка. Так называемое «плохое» поведение — часто является отражением внутренних проблем ребенка. Это своеобразный крик ребёнка о помощи, просьба о внимании к его внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций.

#### **2. Игра «Вернисаж детских капризов»**

**Инструкция:** передавая мяч родители рассказывают, как и в каких ситуациях капризничает их ребенок, начиная рассказ от лица малыша: «Я капризничаяю, когда...».

**3. Упражнение «Что я чувствую, когда мой ребёнок капризничает или закатывает истерики ...»** Передавая мяч, каждый участник рассказывает, что он чувствует, когда капризничает его ребенок. Рассказ начинается со слов: «Когда мой ребёнок капризничает, я чувствую...» Упражнение дает возможность родителям, с одной стороны, высказать о своих негативных эмоциях, с другой – проанализировать свои чувства до истерики, во время и после.

#### **4. Лекция «Причины детских капризов»**

Итак, почему ребенок капризничает? И что с этим делать?

Сложно найти родителя, которого ни разу в жизни не интересовал бы вопрос «Как отучить ребенка капризничать?» Даже самые спокойные дети иногда проявляют чудеса упрямства и устраивают такие спектакли с истериками и плачем, которым могут позавидовать профессиональные актеры.

Но давайте сразу уточним, что для ответа на вопрос «как отучить?» сначала нужно выяснить, по какой причине ребенок капризничает. Дело в том, что единого рецепта, как избавиться от капризов раз и навсегда, попросту нет, а каждый

отдельный случай напрямую зависит от причин, вызвавших к жизни негативные эмоции ребенка, так досаждающие взрослым.

И вот тут взрослые сталкиваются с такой проблемой, что выяснить это не всегда возможно. Малыши до трёх лет попросту не могут сказать словами, что их беспокоит или чего они хотят. Дошкольники постарше не всегда могут четко сформулировать свою проблему, и их приходится подолгу расспрашивать, что к чему. А школьники могут попросту не желать вести откровенный диалог по самым разным причинам.

Так или иначе, рубиконом в данном вопросе является физическая способность либо неспособность ребенка излагать свои мысли, т.е., попросту, говорить. Поэтому все советы относительно капризов и борьбы с ними логично разделить на две большие группы.

Методики борьбы с капризами:

- Для детей до трех лет (те, кто не может говорить и формулировать).
- Для детей старше трех лет (те, кто может говорить и формулировать).

Как отучить капризничать ребенка до 3 лет

Все причины, по которым капризничают малыши младше трех лет, можно условно разделить на две подгруппы: физическое (физиологическое) неудобство и исследование границ дозволенного. Маленький ребенок не может оповестить родителей о намочшем памперсе, чувстве голода, желании пить и так далее. Поэтому единственный способ заявить о возникшем дискомфорте – начать плакать. Это вкратце о физических причинах капризов.

Вторая группа причин, а именно исследование границ дозволенного, становится актуальной по мере развития и взросления малыша, когда он уже начинает ползать, а затем и ходить. В этот период жизни он активно познает мир и по объективным причинам не может знать, что именно представляет для него опасность.

Простой запрет родителей трогать горячий утюг, переворачивать посуду с водой, совать пальцы в розетку, выбегать на дорогу с машинами воспринимается ребенком негативно и сопровождается капризами. Абстрактные понятия наподобие «это опасно» или «ты можешь обжечься» детский мозг пока что воспринимать не в состоянии, а объяснить, что такое «опасно» и «обжечься» с учетом отсутствия абстрактного мышления весьма затруднительно.

Приходится находить общий язык с ребенком в самом прямом смысле этого слова, так, чтобы он понял взрослых. Это сложно, однако возможно.

Как найти и устранить физические причины капризов

Начнем с простейшего, то есть с простейших физиологических реакций. Ребенок может капризничать потому, что проголодался или хочет пить. Поэтому для детей до годика самый действенный способ прекратить каприз – это устранить дискомфорт.

Предложите ребенку молоко или молочную смесь, проверьте, не намоч ли памперс. Жидкость впитывается не мгновенно, поэтому примерно минуту после опорожнения естественных надобностей малышу может быть некомфортно. Когда малыш начинает улавливать взаимосвязь между опорожением и дискомфортом, он начинает хныкать и привлекать внимание уже в момент, когда захочет в туалет. Наиболее сообразительные родители используют этот момент, чтобы начать приучать ребенка проситься на горшок.

Если малыш не хочет кушать и при этом лежит сухой, но все равно капризничает, нужно искать причины дальше. У него может болеть животик, ему может быть душно или жарко. Сказать об этом он не сможет, пока не научится говорить, а терпеть такое неудобство молча тоже сложно.

Тут следует знать, что у детей терморегуляция отличается от процесса терморегуляции взрослого человека. И когда нам вполне тепло и комфортно, для малыша это может быть очень жарко и душно. Попробуйте сами одеться теплее, а помещение проветрить, или же сходить с малышом на прогулку по свежему воздуху.

Если же ничего не помогает, следует обратиться к врачу, так как капризы могут быть вызваны болезненным состоянием, даже если нет ни температуры, ни кашля. Некоторые мамы на свой страх и риск начинают с того, что дают ребенку самый простой и безопасный препарат для улучшения пищеварения, допустим, эспумизан. У физически здорового ребенка наиболее частой причиной плохого самочувствия являются процессы газообразования в желудке и кишечнике. Однако если это не помогло и капризы продолжились, откладывать визит к доктору уже нельзя.

#### Как выявить и устранить психологические причины капризов

Теперь рассмотрим следующий этап развития малышей, а именно, когда они начинают познавать мир и изучать окружающее пространство. Начать стоит с того, чтобы максимально обезопасить малыша: закрыть розетки, поднять на недосягаемую высоту цветы, вазы, посуду, прочие бьющиеся предметы, следить, чтобы нигде не свисали сетевые шнуры от телевизора, утюга, кондиционера и так далее. Это уже заметно ограничивает круг запретов и, следовательно, возможных капризов из-за непонимания запретов.

Естественно, создать полностью безопасную среду возможно только дома, а на улице, за пределами песочницы, опасностей заметно больше. Тут в процессе воспитания важно найти баланс между жесткими запретами и пониманием ребенка, что к чему.

Для начала просто не гуляйте вблизи оживленных автодорог, но и не запрещайте фанатично залезть ребенку, например, на бортик песочницы. Случаев, чтобы при падении в песочницу кто-то убился насмерть, пока не зафиксировано, зато вы сможете объяснить ребенку, что такое «больно», если он ушибется. Тогда в будущем вы получите возможность оперировать данным понятием, объясняя детям, почему нельзя делать то или это: тебя укусит собачка, и будет больно, в тебя врежется машинка, и будет очень больно, и далее в меру вашей фантазии.

Точно так же не расстраивайтесь и не ругайтесь, если вы не уследили за малышом, и он залез в лужу. Да, и в теплую погоду не спешите его переодевать и переобувать: похажив в мокром и ощутив дискомфорт, он легче воспримет объяснения, что в воду лезть нельзя, потому что от воды одежда и обувь становятся мокрыми, и потом в них неудобно ходить.

Отдельной темой является попытка родителей отучить малыша от соски. Слишком долго пользоваться соской вредно, т.к. может сформироваться неправильный прикус, а отъем соски часто сопровождается массой капризов, а то и просто истерик. Тут способов несколько: например, воззвать к амбициям ребенка, сказав, что он уже взрослый, а взрослые сосками не пользуются. В придачу можно придумать ритуал: обменять соску на нечто более подходящее взрослому человеку. Допустим, самокат или трехколесный велосипед.

Если такие уловки не дают эффекта, можно просто сделать соску неудобной: обрезать кончик, проткнуть и сдуть из нее воздух, прибить к дверному косяку на уровне роста малыша. В этих случаях соску как бы никто не отбирает, однако пользоваться ею становится неудобно, и малыш сам отказывается от этого атрибута младенчества.

Бывает и такое, что ребенок капризничает, невзирая на все объяснения, проверяя вас на прочность: разрешите вы ему что-то сделать или нет. Тут важно не поддаваться на провокации и твердо стоять на своем: ребенок должен понимать, что слово взрослого – закон. Правда, для этого вам следует научиться держать свое слово всегда и везде. Например, если вы пообещали детям конфеты, то придется купить и разрешить съесть.

Есть и еще один способ – это передразнивать ребенка: хныкать и орать вместе с ним (кто громче), тоже начать громко просить игрушку или звать бабушку и т.д. Но этот способ требует определенной артистичности и раскрепощенности от самих взрослых, поэтому в список рекомендуемых для всех мы этот способ не вносим.

### **Когда непослушание это всего лишь побочный эффект развития**

Иногда плохое поведение ребенка – это реакция на окружающую среду, наши действия или следствие внутреннего развития. И если мы научимся его распознавать, наше отношение к такому поведению изменится. От раздражения и злости к сочувствию и попытке принять его.

#### 1. Неконтролируемые импульсы

Отделы мозга, отвечающие за самоконтроль, не развиты у человека до самого подросткового возраста. Поэтому, когда мы говорим даже 7-летнему ребёнку «Перестань кидаться этим», а он не может остановиться — это нормально. Самоконтроль – это «долгий, трудоёмкий процесс».

Но, к сожалению, многие родители этого не понимают: 56 % родителей считают, что их дети до 3 лет должны противостоять желанию сделать что-то запрещенное. Хотя на самом деле, малыши не могут этого делать до 3,5-4 лет.

*Нужно помнить, что дети не всегда могут контролировать свои импульсы (так как их мозг еще не совсем развит), и относиться ко всему более спокойно.*

#### 2. перевозбуждение

Мы берем своих детей в супермаркет, парк и на театральное выступление сестры, вмещая все дела в одно утро. А потом они становятся вялыми или гиперактивными и не хотят ложиться спать. Сумасшедшее расписание, стресс и постоянная усталость – типичные проблемы современных семей. Дети испытывают «кумулятивную реакцию на стресс». Она появляется от обилия развлечений, игрушек и широкого выбора. Ким Джон Пейн (автор книг о воспитании детей) *утверждает, что детям для спокойствия нужно не меньше времени, чем для активностей.* И если хотя бы уравнивать время тишины и время для игр, поведение ребёнка значительно улучшится.

#### 3. Естественные потребности

Вспомните, когда вы злились только потому, что голодны или не выспались. Так вот: дети в несколько раз больше подвержены влиянию таких факторов, как недостаток сна, голод, жажда, недомогание. Многие родители замечают резкое изменение поведения ребенка за час до приема пищи, или если он проснулся посреди ночи или внезапно заболел. Ведь дети не всегда могут дать понять взрослым, что они хотят есть, пить или спать.

#### 4. Выражение ярких эмоций

Взрослые умеют прятать или укрощать свои эмоции. Дети не умеют этого делать. *Позволяйте детям «эмоциональные всплески» и не наказывайте, когда малыши ярко выражают свои чувства.*

#### 5. Острая нужда в постоянном движении

«Сиди спокойно!», «Прекрати бегать вокруг стола!», «Оставь эту коробку в покое!», «Не прыгай на диване!». Детям необходимо постоянно двигаться. Им нужно проводить много времени на улице, ползать, прыгать и устраивать гонки. Вместо того чтобы называть ребёнка непослушным, когда у него просто слишком много энергии, лучше организуйте поход на детскую площадку или прогуляйтесь.

#### 6. Стремление стать независимым

Да, это очень раздражает, когда ребёнок рвёт помидоры, а они еще не созрели, отрезает себе волосы или делает «домик» из восьми чистых простыней. Но они делают то, что в принципе и должны делать – строят свои планы, принимают решения и потихоньку становятся самостоятельными и независимыми людьми.

#### 7. Сильные стороны, которые иногда подводят

У всех у нас есть моменты, когда всё идёт наперекосяк. Может быть, мы очень сосредоточены и не умеем быстро переключаться с одного на другое. Может, мы очень чувствительны и быстро перенимаем плохое настроение других людей.

*С детьми то же самое: они могут быть послушными в детском саду, но дома быстро выходят из себя при малейшей ошибке и начинают кричать.*

Осознав, что непослушание ребёнка – это обратная сторона его устойчивости, можно отнестись к его поведению с пониманием.

#### 8. Желание применить силу во время игры

Ребёнок пачкает вам лицо йогуртом, хочет поиграть в догонялки, когда вы пытаетесь почистить с ним зубы или намеренно надевает папины ботинки вместо своих, когда вы торопитесь? Таким образом дети привлекают внимание и хотят, чтобы с ними поиграли. *Детям нравится быть беззаботными. Они получают удовольствие от общего смеха, сюрпризов и неожиданностей.*

Игра часто забирает всё свободное время и вклинивается в расписание родителей. Когда родители уделяют игре с ребёнком достаточно времени, детям не приходится просить поиграть с ними в самые неподходящие моменты.

#### 9. Реакция на настроение родителей

Радость, грусть, страх и злость за считанные миллисекунды могут передаваться от одного человека к другому. И мы часто даже не замечаем этого. Дети быстро перенимают настроение родителей. Если мы злы, печальны или находимся на грани нервного срыва, дети быстро понимают это. Когда мы спокойны и уравновешены, дети становятся такими же.

#### 10. Реакция на странные запреты

Одним вечером вы читаете ребёнку пять сказок, а в другой день говорите, что есть время прочитать только одну, и он начинает умолять прочитать еще. В один вечер вы спрашиваете ребёнка: «Что бы ты хотел на ужин?», а в другой говорите: «Ты будешь есть то, что приготовлено», и ребёнок начинает протестовать.

*Когда родители противоречат сами себе, дети начинают раздражаться, плакать и кричать.*

Так же, как и взрослым, детям нужно знать, чего можно ожидать. Четко установленные границы и выработанные манеры значительно улучшат поведение ребенка.

Хотя мы и понимаем намерения своих детей, всё-таки стоит уделять им ещё больше внимания. Постепенное введение ограничений на определенные вещи поможет дошкольникам лучше понять, что можно, а что нельзя. Нужно перестать думать о детях как о маленьких проказниках и понять, что так они реагируют на разные обстоятельства. Одним словом, так они взрослеют.

### **5. Игра «Как мы боремся с капризами»**

**Инструкция.** Участники делятся на две команды. Каждая получает карточки с «экстремальными» вопросами для соперников. Один участник зачитывает ситуацию, описанную в карточке. Команда-соперник должна дать ответ за 2 минуты. Затем команды меняются ролями.

#### **Материал к упражнению. Карточки с историями.**

1. В воскресенье сын устроил мне безобразнейшую сцену в магазине. Мы пришли с ним за покупками, а он уцепился за пожарную машинку и твердит: «Купи мне, купи!». Я его уговариваю, он в слезы, а потом в крик. Меня просто заколотило. Так и волокла домой ребенка с воплями.
2. Ване 4 года. Каждый день ходим на одну и ту же детскую площадку. Ему очень нравится играть с детьми, качаться на качелях, лазить по игрушечному кораблю, кататься с горки. Но когда наступает время уходить, повторяется одна и та же история: он не хочет возвращаться домой и устраивает публичное выступление... Почти всегда уношу орущего и бьющегося ребенка на руках.
3. От дома до садика два шага, но каждый раз дочка (3 года) требует, чтобы ее везли на санках. Кричит, плачет. А дорога, как каша, - десять потов сойдет, пока довезешь. Да и сама уже должна ходить.
4. Из детского сада Миша выходит, и такое чувство, что он повод ищет, к чему придраться, по какому поводу капризы закатить. Конечно, все кончается истерикой: домой заносим, раздеваться не дается, кричит. Что делать?
5. Одеваемся каждый раз с капризами. Сначала жду спокойно, пока дочь набегается по раздевалке. Потом не выдерживаю, заставляю одеваться. Начинает кричать, вырываться. В результате испорчено настроение и у меня, и у нее.
6. Каждый раз, когда идем с Машей из садика и подходим к магазину, она заводит разговор: «Мама, я хочу шоколадку. Купи мне шоколадку». На все увещевания, что мы будем ужинать, а шоколад перед ужином есть нельзя, иначе испортишь желудок, она не реагирует и только твердит свое. В результате она просто останавливается у магазина и, когда я пытаюсь ее увести, устраивает истерику. Приходится заходить и покупать шоколадку, иначе не успокоится.
7. Мама пришла домой с дочкой Наташей. Девочка громко требует: «Хочу на улицу! Хочу еще погулять!! Хочу кататься на качелях!» Мама уговаривает, объясняет ей, что пора обедать и спать, что все дети ушли домой. Девочка с визгом бросается на пол, стучит ногами. Мама кидается к ней, старается поднять Наташу, у нее не получается. Мама сама, чуть не плача, продолжает уговаривать свою дочь...
8. Миша бросается с криком на пол, чего-то требуя. Родители непреклонны. Миша кричит громче, ногами стучит сильнее, слезы катятся быстрее. Мама крепится с трудом, но ее стойкости хватает ненадолго, и она говорит папе: «Ну, ладно, давай уступим». А Мише только этого и надо. Он кричит и требует еще настойчивее.

9. Я решила устроить для сына праздник по полной программе. Сначала мы пошли в зоопарк. Юра ни в чем не получал отказа: хочешь к белым медведям – пошли к медведям, хочешь к жирафу – пожалуйста, на карусели – пошли на карусели. Потом зашли в кафе-мороженное, потом поехали в Парк культуры – снова кататься на каруселях, а вечером зашли к его лучшему другу, там они тоже повеселились от души. И уже перед тем, как пойти домой, решили забежать в магазин, где мне нужно было купить продукты. И вот там он устроил жуткий скандал из-за какой-то ерунды: потребовал купить очередную игрушку, а у меня уже деньги кончились. Вот ведь свинтус неблагодарный – я ему и то, и другое, а он вести себя нормально не может!

### Выводы

Каждый родитель сталкивается с истериками своего малыша. У одних детей они возникают чаще, у других реже. Пик истерик обычно приходится на ранний и младший дошкольный возраст (1-3 года), старшие дошкольники уже в достаточной степени способны контролировать свои эмоции. В момент истерики будьте рядом с крохой, помогите ему осознать свои чувства, вместе проанализируйте ситуацию и выясните причину истерики. Включив малыша в диалог с собой, Вы препятствуете дальнейшему нарастанию эмоционального напряжения. Только после этого необходимо выразить свою позицию и объяснить ребенку, почему в данном случае Вы принимаете то или иное решение.

**6. Упражнение «Автобусная остановка».** На стенах зала, в котором проходит тренинг, вывешивается несколько листов большого формата с записанными в верхнем углу незаконченными предложениями («объявления на столбах»), например,

- «С этой минуты я буду...»
- «Спасибо...»
- «Этот тренинг для меня...»
- «Самое важное это...»
- «Сегодня я сделал открытие, что...»

Все участники объединяются в 5 команд. Каждая выбирает свой плакат и 2 минуты пишет продолжение «объявления». Потом «остановка» сменяется - команды продвигаются вперед по часовой стрелке, и добавляют свои предложения по теме на следующем плакате, и т.д., пока каждая команда не обойдет все листы. Повторять уже написанное нельзя. По окончании участники просматривают «объявления» со всех плакатов.