

## ПАМЯТКА для родителей "Про капризы"

### № 1. Причины капризов и упрямства:

- нарушение режима дня;
- смена обстановки;
- обилие новых впечатлений;
- плохое самочувствие во время болезни;
- переутомление (*физическая и умственная перегрузка*)

### № 2. Как преодолеть капризы:

Все члены семьи должны предъявлять единые требования к ребенку:

- твердость в своей позиции;
- объяснят значение слова **«нельзя»**;
- научат ребенка вырабатывать настойчивость в достижении цели;
- разовьют самостоятельность благодаря совместной со взрослыми деятельности.

### № 3. Если ребенок упрямится

- Не придавайте большого значения упрямству. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.
- Оставайтесь во время приступа упрямства рядом с ребенком и дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает.
- Не пытайтесь в это время что-либо внушать вашему ребенку.
- Ругать в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно возбужден и не

может вас понять.

- Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали **«нет»**, оставайтесь и дальше при своем мнении.