

Плохое поведение ребенка после детского сада.

Консультация для родителей.

Как часто слышим от родителей, чей малыш посещает детский сад, о резко изменяющемся поведении чада в вечернее время. Тихий и спокойный ребенок, придя домой из детского сада, вдруг становится маленьким агрессором и манипулятором. Он может часами бегать по квартире, прыгать по кроватям и диванам, кричать и шуметь. Детская психология объясняет такое поведение накопившимся за день стрессом. Таким образом ребенок старается освободиться от оков строгого воспитания и режима, выплеснуть эмоции. Как помочь малышу справиться с таким стрессом? Попробуйте создать дома тихую, спокойную обстановку, не кричите на ребенка, не наказывайте за плохое поведение. Направьте поток его энергии в мирное русло. Ведь если психологической разрядки не будет – снизится иммунитет, начнутся проблемы со сном, ухудшится общее самочувствие.

Детские психологи говорят – предложите ребенку выплеснуть агрессию на боксерской груше, на подушке. Пускай молотит сколько угодно. Дайте цветные карандаши и бумагу – пусть попробует нарисовать то, что его волнует. Возможно он изобразит строгую воспитательницу, игрушку, которую у него отняли, песочницу, где его обижали.

Учитывайте особенности характера маленького человека. Если малыш днем робок и скован, а вечером устраивает бунт непослушания, нужно помочь ему расслабиться, выговориться, но не допускать, чтобы он еще больше возбудился. Если ребенок – «ураган», распланируйте вечер так, чтобы ребенок постепенно освобождался от скопившегося напряжения, участвуя в жизни семьи.

Известно, что одно из лучших средств для снятия стресса у детей – это игра. Она позволяет ребенку раскрепоститься, расслабиться.

Помните, что играть в данный момент или тихо сидеть в своем уголке – зависит лишь от желания ребенка. Если он все-таки настроен поиграть – отдайте предпочтение спокойным играм, без беготни и криков.

Вечерних бунтарей привлечет игра со смешным названием «Рвакля». Вам понадобится ненужная бумага (газеты, журналы) и ведро. Предоставьте ребенку делать с этими бумажками все, что угодно – рвать, мять, топтать, бросать в корзину.

Юного непоседу можно успокоить игрой с постепенным снижением физической нагрузки, без соревновательной составляющей. В таких случаях

предлагается сыграть в «Грибника». Пусть малыш расставит любимые игрушки в произвольном порядке, а затем с завязанными глазами попробует собрать их в корзину. Собранные «грибы» можно сортировать по размеру, фактуре и цвету. Прикрепите к одной игрушке записку с просьбой: «Ты мне поможешь?» и увидите как малыш с радостью на нее откликнется. Когда пыл бунтаря будет сведен на нет, можно смело переходить к обычным домашним делам.

Вряд ли найдется карапуз, который не любит купаться. Вместе с тем ванна – отличный способ расслабиться и снять напряжение. Детская леечка и несколько обыкновенных баночек – лучший инвентарь для интересных и развивающих игр. Вид и звук льющейся воды действует успокаивающе и уже через 15-20 минут ребенок будет готов идти в кровать.