

## **Возрастные психологические особенности дошкольника от 3 до 6 лет**

### **Гипертрофированное чувство вины**

Чувство вины — аффективное состояние, характеризующееся проявлением страха, угрызений совести и самоупреков, ощущением собственного ничтожества, страдания и потребности в раскаянии.

#### **Родителям**

Дошкольный возраст характеризуется стремлением ребенка исследовать окружающий мир, опыт ребенка может быть как позитивным, так и негативным. Чувства, которые переживает ребенок по отношению к своим достижениям или неудачам, связаны с поддержкой или, наоборот, упреками родителей.

В случае если ребенок неуспешен в своих действиях, он может испытывать чувство вины, переживание которого, в свою очередь, ограничивает дальнейшее проявление инициативы. Задачей родителей в данной ситуации является обеспечение поддержки действий, инициатив ребенка, выражение чувства принятия, поощрение попыток и процесса достижения результата, а не только самого результата.

#### **Рекомендации родителям по устранению чувства вины:**

1. В случае если ваш ребенок столкнулся с чувством вины, постарайтесь поговорить с ним о том, с чем связаны эти переживания, в чем именно он себя обвиняет.
2. Постарайтесь придумать гибкую систему поощрений и демонстрируйте поддержку даже в тех ситуациях, в которых ребенок не справился или не достиг ожидаемых результатов.
3. В качестве поощрения может выступать активность, которая интересна ребенку, например, «догонялки» или совместный поход в парк, понаблюдайте за ребенком, обратите внимание на то, что ему нравится и интересно.
4. Поощряйте исследовательский интерес ребенка, проводите вместе опыты, эксперименты, наблюдения.

5. Возможно проигрывание каких-либо ситуаций, в которых ребенок будет играть значимую роль, например, представителя какой-либо профессии.