

## Консультация для родителей «Как справиться с импульсивными тратами в магазине»

### Особенности восприятия покупок у детей

Нет ничего плохого и нездорового в том, что ребенок просит что-то купить. Например, новую игрушку или сладости. Это одна из функций и особенностей человека — обладать и испытывать от этого радость. Если ребенок ничему не рад и ничего не хочет — это сигнал проявления нарушений в эмоциональном поведении.

Ребенок воспринимает покупки в магазине через пять аспектов:

- радость обладания;
- эмоциональное насыщение и разнообразие;
- проявление знака любви и внимания от взрослых;
- семейные правила и ритуалы;
- границы и их проверка.



**Радость обладания.** Ребенок идентифицирует себя с желанной вещью. Когда дошкольник видит игрушку в магазине, он уже мысленно представляет, как будет играть с ней. У ребенка появляется приятное чувство предвкушения, к примеру «Хочу такого дракончика, я буду с ним очень много играть, он такой милый». При этом такое чувство может быстро пройти. Дошкольник может не играть с игрушкой даже в день покупки.

**Эмоциональное насыщение и разнообразие.** Когда ребенок получает вещь или лакомство, он испытывает кратковременное чувство радости и восторга. Ребенку сразу же становится не интересно играть со старыми игрушками, поскольку он пресытился ими. Эффект восторга от новой игрушки быстро заканчивается. Это приводит к частому пресыщению эмоций у ребенка.

**Проявление знаков любви и внимания от взрослых.** Ребенок воспринимает покупки как выражение любви, тепла, радости от встречи. Также дошкольник может сопоставлять много подарков с большой любовью взрослого.

**Семейные правила и ритуалы.** Ребенок положительно воспринимает ситуации, когда взрослый систематически покупает что-то ему в конкретной ситуации. Например, когда папа забирает из детского сада, он всегда по дороге домой покупает ребенку ватрушку или мороженое.

Также для дошкольника может быть привычно получать игрушку в награду. За счет таких ритуалов ребенок убеждается, что в его жизни есть островок стабильности, уютное время для себя, по своим желаниям и правилам.

**Границы и их проверка.** Через покупки вещей или сладостей ребенок устанавливает границы со взрослыми. Так дошкольник узнает, какие вещи или подарки, в каком количестве и от какого взрослого он может получить. В дальнейшем ребенок периодически проверяет границы — обстоят ли дела так же, как раньше, или теперь он может получить больше.

## **Факторы проблемного поведения детей в магазине**

Проблемное поведение дошкольника непосредственно связано с поведением взрослых. Родители могут купить ребенку что-либо в магазине по разным причинам:

- [как способ отвлечься,](#)
- [под влиянием эмоционального шантажа,](#)
- [хаотичных трат,](#)
- [из-за обилия стимулов](#)
- [неумения отказывать.](#)

### **Покупки как «психологическое обезболивающее» для себя или ребенка.**

В этом случае родитель покупает подарок под давлением негативных эмоций: вины, стыда, гнева, раздражения. Также импульсивная трата взрослого на подарок может быть из-за конфликта. Подарки — способ порадовать себя или извиниться перед ребенком: «Я хорошая мать», «Наорала — куплю игрушку». Ребенок понимает, что получить желаемое он сможет, только когда вызовет чувство вины у взрослого.

## **Подкрепление эмоционального шантажа.**

Если родитель в ответ на истерики ребенка соглашается и покупает что-либо в магазине, то тем самым он неосознанно приучает ребенка к плохому поведению. Дошкольник понимает, что, если ему отказали, можно поплакать, покричать — и тогда получишь, что хочешь. Так ребенок учится пользоваться и чаще применять этот способ в других ситуациях. В дальнейшем это может привести к истерическому выпрашиванию как стратегии поведения.

## **Хаотичные покупки в семье.**

Финансовая жизнь семьи выстраивается по принципу «расточительство — аскетизм». Пришла зарплата — взрослые бегут скорее покупать все. Как только деньги кончаются — родитель вынужден экономить на необходимом. Это формирует у детей азартное отношение к деньгам и тратам, неумение планировать.

## **Обилие стимулов в магазинах.**

Дети реагируют на подачу, рекламу, новизну, и многие из них не умеют уходить из магазина без подарка. Хотя бы какой-то из товаров вызывает желание им обладать, и родитель покупает его. Тем самым взрослый подкрепляет для ребенка сценарий: он в магазине — значит, родитель обязательно что-то купит для него.

## **Неумение психологически грамотно отказывать.**

Когда родитель пытается отказать, ответная реакция ребенка в виде слез и истерик разрушают его решение. Другой вариант: взрослый подает отказ так, что вызывает горе у ребенка и вину у него самого. Вскоре родитель спешит компенсировать свой отказ покупкой, а затем схема повторяется.

В таблице — примеры жалоб от родителей на проблемное поведение дошкольника и описание причин сложностей в отношениях между взрослым и ребенком по конкретной жалобе.

### **Типичные жалобы родителей и проблемы в вопросах покупок детям**

<b>Жалоба родителей</b>	<b>Психологическая проблема</b>
Ребенок регулярно просит что-то ему купить: игрушку, лакомство. В желаемой покупке нет очевидной необходимости: ребенок сыт, одет, ему есть с чем играть. Обычно есть контекст — дом ломится от игрушек, ребенок привередлив в еде	Покупка заменяет внимание. Ребенок хочет что-то получить от взрослого и по опыту знает, что проще всего получить подарок. Подарок при этом проблему не решает, потеря интереса к нему указывает на то, что ребенку была нужна не игрушка, а взаимодействие
Есть член семьи, который постоянно покупает ребенку лакомства и игрушки, несмотря на то что остальные члены семьи не согласны с его действиями	Взрослые непоследовательны в воспитании, их действия не согласованы между собой. Между взрослыми может быть конкуренция. Могут быть внутрисемейные попытки через ребенка доказать, кто лучшая бабушка или родитель, стимулировать ребенка «больше любить» кого-то
Взрослый испытывает чувство вины из-за того, что не может купить ребенку что-то, обеспечить	Родитель может испытывать вину в воспитании в целом, ощущать, что реализует родительскую

Жалоба родителей	Психологическая проблема
его тем, что желает для него сам или что просит ребенок	роль недостаточно эффективно. Часто чувство вины — неосознанная попытка «улучшить собственное детство», дать ребенку то, чего не имел сам. Это может вызывать агрессию в адрес других членов семьи, которые тоже не дают ребенку того, что родитель хочет дать
Ребенок высказывает претензии, сравнивает родителей: «А папа покупает», «А Диме покупают», «А раньше ты покупала», «А почему у нее есть деньги, а у тебя нет?», «А ты ей купила подарок, а мне?»	Ребенок научился от взрослых манипуляциями в детско-родительских отношениях. Это может быть свидетельством самооценочных трудностей ребенка, внутрисемейной конкуренции, сибиллинговой конкуренции — когда он сравнивает свое имущество с имуществом брата или сестры
Ребенок «закатывает истерики» и использует эмоциональный шантаж, когда ему отказывают в покупке	В семье есть нарушение воспитания, родители не умеют конструктивно подкреплять желаемое детское поведение, не умеют устанавливать границы. Если истерики ситуативны, разовые, они могут свидетельствовать о сниженном эмоциональном состоянии ребенка
Ребенок не рад подаркам, не благодарит за них, все время хочет все больше и больше	В семье есть потворствующая гиперопека, избыток ненужных покупок. Ребенка балуют, при этом вероятен дефицит игровой и творческой деятельности — дошкольник не умеет применять подарок в игре, развлечь себя

## **Способы преодоления импульсивных покупок**

Чтобы избавиться от непредвиденных и хаотичных трат в магазине, родителями нужно проанализировать поведенческий и эмоциональный фактор покупок. Прежде всего, родителю нужно пересмотреть и отрефлексировать правила, по которым тот принимает решение что-то купить ребенку. Также родителям следует подумать, что они действительно чувствуют в момент покупки и чем можно компенсировать свои траты.

### **Пересмотреть и отрефлексировать правила покупки.**

Родителям нужно проанализировать, почему, для чего и вместо чего они покупают ребенку что-то в магазине. Например, взрослый купил игрушку, потому что устал и не знал, как развлечь ребенка. Воспользуйтесь чек-листом для родителей с советами, как планировать покупки.

### **Корректировать внешние и внутренние диалоги.**

Прежде чем покупать что-либо, родителю следует задать себе мысленный вопрос о том, что действительно нужно ребенку. Например, в магазине на просьбу ребенка что-то купить мама может сказать: «Ладно, только не плачь!». В этот момент родителю следует задать себе вопросы: «Точно ли я решила это купить или я просто хочу на время отключиться?», «Точно ли шоколадка сейчас лучше, чем игра вместе?». Ответы на вопросы позволят взрослому определить истинные потребности ребенка.

## **Выбирать разные способы компенсировать эмоциональные трудности.**

Когда в семье есть хронические неудовлетворенные потребности, есть вероятность, что ребенок или взрослые будут компенсировать их покупками. Чтобы избежать импульсивных трат, родителю нужно подумать о том, как еще можно удовлетворить желания. Например, мама хочет быть хорошим для ребенка, почувствовать свою значимость и поэтому каждый день покупает дошкольнику новую игрушку. Вместо материального поощрения дошкольника родитель может показать свою любовь через совместную игру, разговор, ласку.

**Подготовила педагог – психолог Конева Н.И.**