Подготовила:

Бабатаева Н.П.

Каждый взрослый хотя бы раз в жизни, но сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физиологической) они сопровождаются. В такой ситуации, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя. **Как быть?**

**1.**Помните, что даже самые замечательные мамы оказываются в таких ситуациях и дело тут не в маме, а в темпераменте и характере вашего ребёнка.

**Задумайтесь над причиной истерики ребёнка:**

* ребёнку не хватает вашего внимания и он таким способом стремится завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется и во взрослой жизни)
* ребёнок манипулирует вами, он привык таким образом добывать всё, что он хочет.

Отличить манипуляцию нелегко, но понаблюдайте за своим ребёнком: как именно он плачет, что помогает ему успокоится.

-Если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребёнку понять, что вы не одобряете его действия.

-Ребёнок устал хочет спать, он голоден: искорените причину и истерика пройдёт.

-Если истерика в самом разгаре, уличите момент когда ребёнок набирает воздух, чтобы начать кричать на всю улицу,   и очень выразительно и захватывающе начните рассказывать какую-нибудь захватывающую историю.

-Можно попытаться взять ребёнка на руки, прижать к себе и ждать, когда всё закончится, выражая своё сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой.

***Главное средство от истерики, не впадать в такое же неистовство, пытаясь сохранять спокойствие, выразить своё сочувствие ребёнку:***

«Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не купили тебе …», «Я знаю как это обидно» и т.д.

       Ребёнок не услышит вас с первого раза, но повторив эту фразу 20 раз, вы достучитесь до своего малыша и он будет благодарен вам, что вы не дали волю своим чувствам (а как хотелось). поговорите с ребёнком выясните причины его поведения.

Дети 3-6 лет вполне способны понять логические объяснения взрослых. Пора учить ребёнка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло.

 Конечно, объяснить что-либо громко кричащему ребёнку очень трудно.

По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.

Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребёнка, его (бабушкин, дедушкин, папин, мамин) характер.

**Помните, что никто не знает вашего ребёнка так,  как он себя. Чаще беседуйте с ребёнком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях и все будет хорошо!**

****