**

***«Как справиться с детскими капризами»***

*С детскими капризами приходится иметь дело всем мамам и папам. Они могут проявляться у малышей, начиная с двух-трехлетнего возраста, и часто возникают абсолютно неожиданно, на фоне, казалось бы, вполне благополучного, поведения ребенка.*

Резкое проявление детских капризов беспокоит многих родителей. По мнению психологов, оценить, насколько они опасны, можно, проанализировав поведение малыша. Если детские капризы учащаются и становятся регулярными, это может быть признаком заболевания нервной системы, а значит, кроху нужно повести к врачу-невропатологу. Если же малыша капризничает только с некоторыми людьми, искать корень проблемы стоит в семейных отношениях, а также в том, как родители реагируют на выходки ребенка.

Предлагаем ознакомиться с некоторыми рекомендациями психологов, которые помогут родителям справиться с проблемным поведением ребенка.

**

**Как бороться с детскими капризами**

**1.**Родителям необходимо четко дать понять ребенку, что ему разрешается, а что воспрещается делать, и всегда придерживаться однажды установленных правил. Многие родители в сложной ситуации ничего не могут предпринять, поэтому уступают, лишь бы кричащий ребенок успокоился. Однако этого делать нельзя, поскольку негативные реакции могут закрепиться и со временем усилиться.

**2.**Если требование малыша неразумно или является вредным для него, не стоит поддаваться на уступки, как бы ребенок ни кричал и ни плакал.

**3.** Ребенка, который устроил истерику, не нужно оставлять одного, однако не стоит пытаться утешать малыша, ласкать или поднимать с пола, несмотря на оказываемое сопротивление. Просто занимайтесь своими делами, держа кроху в поле зрения – малыш должен усвоить, что вы контролируете ситуацию, но остаетесь непреклонны в своем решении.

**4.** Родители должны как можно чаще использовать положительные стимулы за хорошее поведение, чтобы у ребенка появилась мотивация и стремление к правильным поступкам.

**5.**Помните, что родительское внимание – это наиболее действенный способ установить контакт с ребенком, поэтому не скупитесь на поощрение в виде прочитанной сказки, прогулки на свежем воздухе или другого совместного занятия.

**

**6.** Дети становятся более раздражительными, когда они чувствуют усталось, голод или если их торопят. Поэтому не стоит отправляться в супермаркет за покупками, когда ваш ребенок проголодался, а если вы должны быстро собраться и уже опаздываете, не предлагайте ребенку одежду, которую он не может терпеть.

**7.** Если у вас с малышом возникают разногласия, чаще давайте возможность выбирать самостоятельно. Например, малыш отказывается надевать теплую куртку, не нужно повышать голос или грозиться наказать кроху. Попытайтесь договориться: «Ты наденешь зимнюю вещь, то сам выберешь, в каком свитере будешь идти».

**8.**Маленькие дети способны лучше реагировать на просьбу родителей, которая подразумевает действие, чем на уговоры хорошо себя вести. Поэтому кричащего или плачущего ребенка можно попросить подойти к вам или найти что-нибудь для вас, дайте малышу понести что-то в руках – это эффективнее, чем требования прекратить крик.

**9.**Ребенок должен понять, что его поведению есть пределы, объясните ему, что существуют ситуации, в которых капризы неуместны, а также расскажите о последствиях такого поведения: «Ты ведешь себя плохо, и мы этого не позволим. В случае если ты будешь продолжать в том же духе, то будешь вынужден уйти в свою комнату, остаться без конфет, мультфильмов и т.п.»

**

**10.**Наиболее сложные для родителей ситуации – это детские капризы и истерики в общественных местах, например, в поликлинике, супермаркете или в [магазине детских товаров](http://www.kidride.ru/). Маме с папой нужно запастись терпением и выдержкой, чтобы переждать взрыв эмоций, а затем твердо и доходчиво объяснить ребенку, почему вы не станете выполнять его требование. После некоторого молчания нужно убедиться, что малыш успокоился,  и обсудить происшедшее. Дайте ребенку понять, что подобными поступками он ничего не сможет добиться, научите кроху выражать свои желания приемлемым способом.

*Маленькие дети в возрасте 2-3 лет стремятся всячески демонстрировать свою самостоятельность, порой им трудно справиться со своими эмоциями. Если вы будете знать, как справиться с детскими капризами, то вскоре  заметите, что малыш устраивает концерты все реже. Уделяйте ребенку как можно больше внимания, любите его – и тогда в ваших отношениях будет царить мир и спокойствие*