**Консультация для родителей**

**«Скандал по всем правилам или как справиться с детской истерикой»**

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической физиологической) это сопровождается.

В такой ситуации, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя. Как быть?

Вот что советуют психологи:

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:

* Ребёнку не хватает вашего внимания и он таким способом стремиться завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется 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 успокоиться. Если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребёнку понять, что вы не одобряете его действия.
* Ребёнок устал, хочет спать, он голоден: устраните причину, и истерика пройдёт.

1. Если истерика в самом разгаре, улучите момент, когда ребёнок набирает воздух, чтобы огласить окрестности новыми криками, и очень выразительно и захватывающе начните рассказывать какую-нибудь историю.
2. Можно попытаться взять ребёнка на руки, прижать к себе и ждать, когда всё закончиться, выражая своё сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой.
3. Главное средство от истерик, не впадать в такое же неистовство; пытаясь сохранить спокойствие, выразить своё сочувствие ребёнку: «Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе…», «Я знаю, как это обидно…», «Когда ты успокоишься, мы с тобой обсудим, что произошло…». 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 причину его поведения.
4. Дети 3-5 лет вполне способны понять логичные 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.
5. По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.
6. Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребёнка, его (бабушкин, дедушкин, папин, мамин, тётин) характер.

Помните, что никто не знает вашего ребёнка так, как он себя.

Вывод: чаще беседуйте с ребёнком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.