

Памятка для родителей «Как предотвратить приступ истерики у ребенка»

- + Научитесь предупреждать вспышки истерики.** Ребенок скорее раздражается плачем и криком, когда он устал, проголодался или чувствует, что его торопят. Постарайтесь предвидеть такие моменты: не отправляйтесь в магазин за покупками, когда ребенок проголодался; собираясь в сад; не предлагайте надеть одежду, которую ребенок не любит.
- + Переключайте внимание ребенка на действия.** Маленькие дети более склонны реагировать на просьбу родителей сделать что-либо – так называемые команды «вперед», чем прислушиваться к просьбе прекратить это делать. Поэтому, если ребенок кричит и плачет, попросите подойти к вам, дайте ему что-нибудь в руки, вместо требования прекратить крик.
- + Назовите ребенку его эмоциональное состояние.** Малыш может оказаться неспособным выразить словами свое чувство ярости. Чтобы помочь ему контролировать свои эмоции, вам следует присвоить им определенное название, например: «Может быть ты сердишься потому, что не получил пирожное?». Дайте ему четко понять, что, несмотря на чувства, есть определенные пределы его поведения. Это поможет ребенку понять, что в некоторых ситуациях такое поведение не допускается.
- + Скажите ребенку правду относительно последствий.** При разговоре часто бывает полезным объяснить, что влечет его поведение. Объясните просто: «Ты ведешь себя плохо, и мы не позволим этого», «Если ты будешь продолжать, тебе придется уйти к себе в комнату».

Памятка для родителей «Как преодолеть капризы?»

Сначала надо понять причины капризов и упрямства.

Ими могут быть:

- Плохое самочувствие во время болезни.
- Призыв к общению.
- Реакция на родительский запрет.
- Стремление к самостоятельности.
- Нарушение режима дня.
- Смена обстановки.
- Обилие новых впечатлений.

Предупредить появление капризов и преодолеть их можно, если:

- требования выражать в настойчивой, но спокойной форме;
- все члены семьи будут иметь единые требования к ребенку;
- развивать самостоятельность в совместной деятельности с взрослым;
- не стыдить за плач, а посочувствовать или отвлечь;
- не наказывать за истерику; особую боль доставляет не шлепок, а враждебность мамы и папы;
- реже запрещать ребенку «все трогать»;

- не прерывать бесцеремонно игру с ребенком;
- укладывать спать в одно и то же время;
- смотреть по телевизору только определенные программы, а не все подряд;
- приглашать в гости друзей по определенным дням.

Какие условия требуются от родителей упрямых детей:

- ▶ Надо изменить свое отношение к ребенку, отказаться от привычной позиции «Всегда прав взрослый».
- ▶ Научиться относиться к ребенку не как к подчиненному существу, а как к человеку, который имеет права и собственное мнение, которое нужно уважать.
- ▶ Попробовать договориться с ребенком, пойти на компромисс, но действовать на равных.

