**Как справиться с детской истерикой**

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физической) 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 ребенка. Задумайтесь над причиной истерики ребенка:

- ребенку не хватает вашего внимания и он таким способом стремится завоевать его;

-ребенок манипулирует вами, он привык таким образом получать все, что он хочет.

Отличить манипуляцию нелегко, но понаблюдайте за своим ребенком: как именно он плачет, что помогает ему успокоиться. Если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребенку понять, что вы не одобряете его действия.

- ребенок устал, хочет спать, он голоден: искорените причину, и истерика пройдет.

2. Если истерика в самом разгаре, уличите момент, когда ребенок набирает воздух, чтобы огласить окрестности новыми криками, и очень выразительно и захватывающе начните рассказывать какую-нибудь историю.

3. Главное средство от истерик, не впадать в такое же неистовство,

пытаясь сохранять спокойствие, выразить свое сочувствие ребенку: «Я понимаю, ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе...", " Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой что произошло". Ребенок не услышит вас с первого раза, но повторив эту фразу 20 раз, вы достучитесь до своего малыша.

5. Дети 3-5 лет вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло. Конечно, объяснить что-либо громко кричащему ребенку очень трудно.

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

***Вывод:***

***чаще беседуйте с ребенком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.***