***ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ***

***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*:
 1. Надо изменить свое отношение к ребенку, отказаться от привычной позиции «Всегда прав взрослый».
2. Научиться относиться к ребенку не как к подчиненному существу, а как к человеку, который имеет права и собственное мнение, которое нужно уважать. 3. Попробовать договориться с ребенком, пойти на компромисс, но действовать на равных.