

**Причины капризов и упрямства:**

* Нарушение режима дня;
* Смена обстановки;
* Обилие новых впечатлений;
* Плохое самочувствие во время болезни;
* Переутомление (физическая и умственная перегрузка).

**Как преодолеть капризы?**

Все члены семьи должны предъявлять единые требования к ребенку:

* Твердость в своей позиции;
* Объяснять значение слова «нельзя»;
* Научать ребенка вырабатывать настойчивость в достижении цели;
* Развивать самостоятельность благодаря совместной со взрослыми деятельности.

**Если ребенок упрямится:**

* Не придавайте большого значения упрямству. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.
* Оставайтесь во время приступа упрямства рядом с ребенком и дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает.
* Не пытайтесь в это время что-либо внушать вашему ребенку.
* Ругать в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно возбужден и не может вас понять.
* Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при своем мнении.