**консультация для родителей**

**"10 способов предотвратить истерику у ребёнка"**

1. **Отсрочка времени.** Напомните вашему малышу о важном событии, без которого просто необходимо отложить плач. ("Давай, ты попозже поплачешь, а то скоро солнышко сядет. А если ты будешь долго плакать, то мы не успеем погулять"). Важно, что вы не отнимаете права ребёнка на слёзы, просто просите немного подождать. Многие детки соглашаются на такую уступку.
2. **Осознанный плач.** Попросите ребенка плакать тихим голосом (например, чтобы кошку не разбудить) или плакать низким голосом (чтобы у папы не болела голова). Если малыш послушается, то настоящего плача уже не получится. Скорее всего, это будут вокальные упражнения, которые быстро прекратятся.
3. **Отвлекающий маневр.** Попробуйте отвлечь ребёнка. Например, так: "Ой, что это у тебя, ресничка на глазу, подожди, я сейчас вытащу, а то она мешает плакать". Или: "Ой, смотри, какая к тебе Злюка-Капризюка прилетела! Вон, на правом плечике сидит. Давай её прогоним. Может, водой смоем или в мешок посадим? А может, ты её нарисуешь? Или слепишь из пластилина?"
4. **Артист без публики.** Иногда истерика бывает направлена на аудиторию. Отведите ребенка в не слишком людное место на улице или оставьте одного в комнате. У К. Чуковского в книге "От двух до пяти" приводится такой диалог: - Почему ты плачешь? - Я не тебе плачу, а тете Вале.
Понятно, что без тети Вали плакать нет смысла.
5. **Выброс эмоций.** Предложите ребёнку объект для выброса эмоций. Это может быть подушка, мячик, молоток или дощечка для выхода негативной энергии (продаются в специализированных отделах).
6. **Смешной ритуал**. Придумайте его сами. Например, как только ваш малыш задумает плакать - включайте фен, чтобы сушить его слёзки, или пылесос, чтобы почистить его от Капризки. (**НО! Не применяйте вышепредложенный способ, если ребенок боится звуков бытовых приборов!**)
7. **Говорите о чувствах**. Иногда достаточно озвучить ребенку то, что он чувствует, чтобы повод для плача исчез.
8. **Адекватная замена.** Например, "Мы сейчас не можем купить этот самолетик, но зато когда придем домой, мы построим его из стульев, слепим его из пластилина и т. д."
9. **Витамины смеха** учат детей постарше контролировать свои эмоции. В качестве таких витаминов подойдет что-то вкусное, любимое ребенком, но иначе недоступное. Важно, чтобы ребёнок знал - если лекарство не подействует, то больше его предлагать не будут.
10. **Обнимашки.**Крепко-крепко обнимите ребенка, поцелуйте, скажите, что любите. Любите даже такого - с заплаканной мордашкой, капризного, ноющего. Теплота взгляда и доброта сердца высушат детские слезы быстро и надежно!
**От чистого сердца желаю Вам терпения, силы и успеха в гармоничном воспитании Вашего малыша!**