**Если ребенок слишком много капризничает и плачет**

**Подготовила воспитатель Щерба Л.В.**

Такое поведение, безусловно, беспокоит, а иногда и раздражает взрослых или приводит к тому, что ребенка начинают дразнить сверстники.

Чтобы изменить ситуацию, нужно понять причины такого поведения.

***Как предотвратить проблему***

Убедитесь в том, что ребенок здоров, в том, что никто не пугает его, не обижает исподтишка.

Предлагайте ему больше увлекательных активных практических занятий. Дайте достаточно свободы, чтобы он мог решать и действовать так, как считает нужным.

Снимите чувство незащищенности и неуверенности тем, что из разных концов комнаты говорите с малышом: «Я вижу, как ты рисуешь», «Ты решила прибрать в кукольной комнате?».

Старайтесь максимально удовлетворять потребности ребенка: у него должно быть удобное место для отдыха и игр, должны быть в свободном пользовании игрушки.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если капризничает ребенок трех лет и старше, не реагируйте на его слезы, но скажите: «Объясни мне, в чем дело, и я буду знать, как тебе помочь»Когда вы заметите, что ребенок спокоен, скажите ему: «Как приятно видеть (играть, разговаривать с тобой), когда не плачешь».

Как только ребенок начинает говорить «капризным» тоном, прервите его и скажите: «Говори нормально, чтобы могла понять, в чем дело».

Объясните ребенку, что он может поплакать, сколько хочется, но только в таком месте, где никому не будет мешать.

Внимательно понаблюдайте за ребенком, чтобы убедиться, что его поведение не связано с определенным временем, или определенными людьми. Например, малыш может станс виться плаксивым перед сном, обедом. В таком случае проявите гибкость и немного измените время сна и еды.

**Если ребенок часто устраивает истерики**

Совсем маленькие дети закатывают истерики потому, им часто не хватает слов, чтобы выразить свои потребности. Неудовлетворенность от непонимания накапливается и выливается в слезах и криках. Ребенок дошкольного возраста, который регулярно закатывает истерики и который не страда задержками языкового и умственного развития, возможно находится в стрессовом состоянии.

Причин этому может быть множество — слишком высокие или, напротив, слишком: низкие требования взрослых, пренебрежение к его нуждам, жестокие наказания, раздор в семье, физическое недомогание, связанное с сильными болями, чрезмерная избалованность или нехватка социальных навыков.

***Как предотвратить проблему***

Подумайте, как предоставить детям достаточно возможностей для выхода чувств и эмоций.

Эмоциональных срывов будет меньше, если вы да ребенку возможность действовать по собственному плану и разумению (с вашей поддержкой и под присмотром), т. е. не будете подавлять его инициативу и самостоятельность.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Старайтесь не обращать внимания на истерики, только следите, чтобы действия ребенка не угрожали безопасности его и окружающих. Помните, что цель такого поведения — добиться желаемого или «выпустить пар». В любом случае, если вы обращаете на истерику внимание (неважно, позитивное или негативное), вы способствуете тому, чтобы такие вещи происходили чаще.

Если своей истерикой ребенок приводит в замешательство окружающих, то быстро отведите его в сторону подальше от «зрителей». Спокойно скажите ему: «Бывает так, что человек очень сильно сердится, и это нормально.

Но совсем не нормально, когда этот человек начинает мешать остальным. Когда ты почувствуешь, что успокоился, можешь вернуться к нам (к детям)».

Попросите, чтобы вместе с вами за малышом понаблюдали более опытные люди, — возможно, вы, сами того не ведая, делаете нечто такое, что провоцирует ребенка на истерики. '

Обсудите возможные причины такого поведения с другими членами семьи. Вместе подумайте над тем, как решить эту проблему.