**КАК СПРАВЛЯТЬСЯ С УПРЯМЫМИ ДЕТЬМИ?**

**Детское упрямство** - это особый период, когда ребенок стремится делать все по-своему, не слушаясь родителей.  . Взрослый в такой ситуации оказывается в беспомощном, безвыходном и жалком положении: уступить стыдно, а выдержать натиск порой просто невозможно. Многие дети умело манипулируют своими родителями, очень упрямо и настойчиво требует выполнения их желаний.
 Неповиновение родителей карается плачем, который зачастую может перерасти в настоящую истерику.

 **Советы родителям во время приступа упрямства ребенка.**
Когда начинается приступ упрямства у детей вырабатывается большое количество адреналина – гормона, который вызывает стресс. Дети что есть мочи, бросаются на пол, размахивают руками, брыкаются ногами и топают, кричат, пока у них не перехватит дыхание, а немного отдышавшись, снова начинают истерить и капризничать.
- Не придавайте большого значения и не обращайте внимание на упрямство.
- Не отходите далеко во время приступа от ребенка будьте рядом с малышом и дайте ему ощутить, понять, что понимаете, как он страдает, как ему плохо.
- В ходе приступа упрямства дети плохо слышат и видят, не переносят, если в этот момент их трогают руками. Они не владеют собой, организм выходит из под контроля зачастую увидев такое, родители сильно пугаются, впадают в панику, но все это не так страшно, как может показаться. Дыхание ребенка очень быстро восстанавливается, надо наложить на лоб мокрое или смоченное водой полотенце.
- Поэтому если вы сказали «нет», придерживайтесь и в дальнейшем этого мнения. Позиция родителей должна стать более твердой. Малыш, хотя и с опозданием, усвоит, что нельзя — это нельзя, а надо — это надо, что отказ от чего-то совсем не означает, что ему тут же предложат что- то взамен.
- Не сдавайтесь и не отчаивайтесь даже тогда, когда приступ упрямства у ребенка случился в общественном месте. Стоит – взять его за руку и увести оттуда.
- Родителям необходимо уметь давать указания детям авторитетно, соблюдая твердость и серьезность тона, быть справедливыми, последовательными в своих требованиях, если порой родителям, даже если и не хватает терпения.
- Затем родителям необходимо запастись большим терпением – очень важно справляться с приступами агрессии, когда малыш начинает вас испытывать на «прочность».
- Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, неустанно повторяйте своему ребенку, что у него много разных достоинств.
- Никогда не унижайте, не оскорбляйте своего ребенка.
- Хвалите своих детей не только в семейном кругу, но и в присутствии посторонних людей, ребенок будет чувствовать свою значимость, у него возникнет желание сделать что-то такое, что удивит и обрадует родителей.
- Постарайтесь поменьше читать мораль, устанавливать запреты, наказывать и побольше ласки, терпения, даже ценой не¬которых компромиссов.
Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём семейном воспитании очень сложно, но вероятно каждый родитель выберет из всего выше перечисленного недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в вашей семье.

 Период "упрямого детства" - серьезное испытание для родителей и детей. И тем, и другим приходится многому учиться, но это стоит того. Можно сказать, что это время - залог ваших будущих отношений с ребенком и фундамент для них вы закладываете сами.