

**«Как справиться**

**с капризами и упрямством».**

**Памятка для родителей**

* Все члены семьи должны иметь единые требования к ребенку.
* Будьте тверды в позиции, дайте понять значение слова «нельзя».
* Научите ребенка хотеть, т.е. вырабатывать настойчивость в достижении цели.
* Продумайте стратегию поведения по отношению к ребенку.

Вспомните светофор: **красный цвет** – строгий запрет, **желтый** – иногда можно,

но в основном нельзя, **зеленый –** можнобез ограничений.

* Будьте последовательны и настойчивы. Если вы сказали «НЕТ», не меняйте позиции.
* Если Вы о чем-то попросили ребенка, он должен выполнить Вашу просьбу,

но Вы должны это проконтролировать.

Если просьба не выполнена, ребенок может быть лишен чего-либо.

* Во время каприза можно попробовать твлечь и переключить ребенка.
* Не пытайтесь во время приступа каприза или упрямства что-либо внушать ребенку –

это бесполезно. Ругать не имеет смысла, а шлепки еще больше взбудоражат.

* Во время каприза можно попробовать отвлечь и переключить ребенка.

Не пытайтесь во время приступа каприза или упрямства что-либо внушать ребенку –

это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще больше взбудоражат.

* Не сдавайтесь, даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте.

Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

* Будьте примером для своего ребенка.
* Помните, «ребенок – это зеркало нравственной жизни родителей» (В. А. Сухомлинский)
* Не завышайте требований к своему ребенку.
* Давайте ребенку самостоятельность и своду, но будьте всегда рядом.
* Давайте ребенку выбор без выбора («Ты хочешь съесть суп или кашу?»)
* Если ребенок капризничает и не слушается – оставьте его на некоторое время одного.
* Используйте прием авансирования – сначала дайте положительную оценку ребенку, а затем укажите на его негативное поведение.
* Оцените ситуацию, в которой возник конфликт.

Может быть, вы можете уступить ребенку.

* Не пропускайте упрямство и непослушание ребенка мимо своих глаз.
* Отрицательное поведение при этом может закрепиться.



* **Хвалите ребенка. Похвала никогда**

**не бывает лишней. Но применяйте**

**приемлемые способы поощрения и наказания:**

**НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:**

* достигнуто не своим трудом.
* не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).
* из жалости или желания понравиться.

**НАДО ХВАЛИТЬ:**

* за поступок, за свершившееся действие.
* начинать сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения.
* очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.
* уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).

  **НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ КОГДА:**

* ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни,

 т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.

* когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.
* во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь,

 а ребёнок не может завязать шнурки).

* после физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете за это,

 считая, что он виноват).

* когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д.,

 но очень старался.

* когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны.
* когда вы сами не в себе.
	1. **ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:**
1. наказание не должно вредить здоровью.
2. если есть сомнения, то лучше не наказывать

 (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь

 в том что совершённое действие вообще достойно наказания, т.е. наказывать

 "на всякий случай" нельзя.

1. за 1 проступок – одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).
2. лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
3. надо наказывать и вскоре прощать.
4. если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому

важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан.

1. ребёнок не должен бояться наказания.