**Консультация для родителей.**

 **Детское упрямство.**

 Родители должны помнить всегда: малыши капризничают не потому, что они хотят рассердить своих мам и пап, они просто не могут унять своё упрямство, это выше их сил.

 Во время приступа упрямства у детей вырабатывается большое количество адреналина – гормона, вызывающего стресс. И тут они показывают невероятную силу, бросаются на пол, брыкаются ногами, размахивают руками. Но чаще всего кричат, пока у них не перехватит дыхание, а отдышавшись, продолжают заново.

 Когда особенно бурно протекает признак упрямства, когда малыши стучат головой о пол или стену, а некоторые из них даже задерживают дыхание пока не упадут в обморок, понятно, что, увидев такое, родителям становится не по себе, они пугаются. Но всё это не так страшно, как может показаться, дыхание восстанавливается вновь, прежде чем станет критическим. Во время приступа упрямства дети плохо видят и слышат, не переносят, если их трогают руками, они полностью не владеют собой.

 Предугадать, когда произойдёт вспышка упрямства, возможно не всегда, так как родители не могут знать всех планов своих детей. Самая лучшая тактика – это предоставить вашему ребёнку как можно больше физической и духовной свободы. Так ли уж плохо, если во время субботней прогулки ваш малыш с удовольствием шлёпает по луже или занят поиском корешков в земле.

 Приступа упрямства у детей иногда можно избежать с самого начала. Они очень не любят, когда их прерывают во время игры.

 **Что необходимо знать.**

 Период упрямства начинается примерно с 18 месяцев, но есть дети, которые начинают упрямится в первый год жизни.

 Пик упрямства приходится на второй год жизни. Мальчики упрямятся сильнее и чаще, чем девочки. Приступ упрямства чаще всего происходит в первой половине дня. В фазе упрямства приступ случается у детей по пять раз в день, у некоторых – до 19 раз!

 Если дети по достижении трёх лет всё чаще продолжают упрямится, то вероятнее всего речь идёт о **«фиксированном»** упрямстве, чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, они поддались нажиму со стороны ребёнка.

 **Что могут сделать родители.**

 Не предавать большого значения упрямству. Оставайтесь во время приступа упрямства рядом с ребёнком и дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает. Не пытайтесь в это время что – либо внушать вашему ребёнку, ругань в такой ситуации не имеет смысла, он сильно возбуждён и не может вас понять.

 Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если вы сказали **«нет»**, то оставайтесь и дальше при этом мнении.

 Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ упрямства у ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и вести.