**Как успокоить ребенка: 13 действенных способов**.

Прежде чем рассказывать о том, как успокоить ребенка и как бороться с его капризами и истериками, хочу напомнить главное: ребенок имеет право плакать, когда ему грустно, когда он устал, обижен или просто так. Эти слезы важны и нужны, поэтому в большинстве случаев стоит дать малышу поплакать.
И все-таки, иногда взрослым важно, чтобы ребенок не плакал. Хотя истерику остановить практически невозможно, можно не дать ей начаться. Как это сделать:
1. Напомните о важном деле, для которого нужно отложить плач. ("Давай ты попозже поплачешь, а то скоро солнышко сядет, и если ты будешь долго плакать, мы не успеем погулять".) Важно, что вы не отнимаете права малыша на слезы, просто просите немного подождать. И многие дети соглашаются на такую уступку и успокаиваются.
2. Осознанный плач. Попросите ребенка плакать тихим голосом (например, чтобы папу не будить) или плакать низким голосом (чтобы у мамы голова не заболела). Если он послушается, настоящего плача уже не получится. Скорее это будут вокальные упражнения, которые быстро прекратятся.
3. Пропущенный каприз. Незамеченное, неподпитанное чужим вниманием плохое настроение может и само собой пройти. Но помните, что легко ошибиться и проявить равнодушие там, где необходима забота и участие. Помогите ребенку "перепрыгнуть" через каприз и успокоиться. Например, малыш протестует против одевания, а вы его спросите: "А как ты думаешь, появились уже листочки на нашей березке? Пойдем, посмотрим".
4. Попробуйте поторопить ребенка задорным "быстро-быстро", чтобы он не успел придумать возражение. Хотя это работает только с малышами. Дети постарше успеют сообразить что к чему.
5. 3аговорки. Работает в основном с малышами, но зато независимо от состояния ребенка. Суть метода — говорить, говорить, говорить. И тогда собравшийся заплакать кроха прислушается и забудет о плаче, а болтающий ногами и нежелающий одеваться карапуз замрет на несколько секунд.
6. Успокаивание капризного ребенка можно перевести в щекотание или что-то смешное. Не подходит при начавшейся истерике.
7. Попробуйте отвлечь малыша. Про "Смотри, птичка полетела" знают все мамы и, особенно, бабушки. Можно еще по-другому: "Ой, что это у тебя, ресничка на глазу, подожди сейчас вытащу, а то она мешает плакать".
8. Повзрослевшего и поумневшего ребенка можно отвлекать не мифической пролетевшей птичкой, а вполне материальным сюрпризом. Так, плачущему, находящемуся на грани истерики ребенку скажите: "А кто там на кухне шебуршит, мне кажется это мышка или ежик, пойду посмотрю..." Важно прийти на кухню первой и оставить на столе картонную мышку или пробкового ежика.
9. Иногда достаточно озвучить ребенку, что он чувствует, чтобы повод для плача исчез. Например, скажите: "Ты расстроился из-за того, что мы не смогли пойти гулять", и малыш поймет, что вы неравнодушны к его несчастью.
10. Придумайте смешной ритуал. Например, как только малыш соберется заплакать — включайте фен, чтобы сушить его слезы. Или пылесос, чтобы почистить ребенка от капризов. Не используйте предложенные решения, если ребенок боится звуков бытовых приборов.
11. Можно вот так реагировать на капризную и недовольную рожицу: "Ой, какой-то монстр пришел страшный. Монстр, уходи! Где мой славный малыш, когда же он вернется" Но стоит помнить, что всегда, когда вы рассчитываете на чувство юмора, нужно быть очень чутким к состоянию и настроению ребенка.
12. Таблетки от плохого настроения (или витамины смеха, если слово "таблетки" вам не нравится) учат ребенка постарше контролировать свои эмоции. В качестве таких таблеток используйте что-то вкусное, любимое ребенком, но иначе недоступное — мармеладки, драже, изюм в шоколаде. Ребенок капризничает — предложите ему такое лекарство. Важно, чтобы малыш знал — если лекарство не подействует, больше его предлагать не будут.
13. Иногда достаточно крепко обнять ребенка, поцеловать, сказать, как вы его любите. Любите даже такого — с заплаканной мордашкой, хлюпающего носом, скандалящего и ноющего. Ничто так быстро и надежно не высушивает детских слез, как теплота и доброта.

**Дети учаться жить у жизни:**

* если ребенок живет во вражде, он учится агрессивности.
* если ребенка высмеивают, он становится замкнутым.
* если ребенка постоянно  критикуют, он учится ненавидеть.
* если ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины.
* если ребенка часто подбадривают, он учится верить в себя.
* если ребенка часто хвалят, он учится быть благодарным.
* если ребенок живет в честности, он учится быть справедливым.
* если ребенок живет в обстановке принятия, он находит любовь в мире.

    Все дети разные. Но все они нуждаются в нашей любви, ласке, заботе. И все они достойны этой награды: и тихони, и забияки, и задиры, и шалуны.

      Каждый ребенок имеет право на дом и любящую семью!