**Как остановить детскую истерику, задав всего один вопрос?**

Истерики бывают у всех детей. Можно ли с ними что-то сделать или надо просто подождать, пока ребенок подрастет?

Можно попробовать быстро поменять направление мыслей ребенка, который вот-вот начнет скандал из-за какой-то мелочи.

**Надо помочь понять, что происходит.**

Нужно дать детям понять – мы уважаем то, что они чувствуют. Итак, во время кризиса, какова бы ни была его причина, надо помочь ребенку (это работает с детьми старше 5 лет) подумать и понять, что с ним происходит.

**Когда мы признаем их чувства и в то же время даем им самим участвовать в решении проблемы, мы можем тем самым остановить истерику.**

Итак, ситуация: ребенок готов начать скандал. Повод не имеет значения – у куклы отвалилась рука, пришло время ложиться спать, домашнее задание не получается или просто не хочется делать то, о чем вы просите.

Мы смотрим ребенку в глаза и спокойным голосом задаем один вопрос:

ЭТО БОЛЬШАЯ ПРОБЛЕМА, СРЕДНЯЯ ПРОБЛЕМА ИЛИ МАЛЕНЬКАЯ ПРОБЛЕМА?

**Ребенок сам предлагает решение**

Вы задаёте вопрос, ребёнок отвечает, и вы находите способ решить проблему, причем ребенок сама предлагает, где искать решение.

Маленькая проблема обычно самая быстрая и простая.

Некоторые проблемы она считает «средними». Скорее всего мы их решим, но не в ту же секунду – это помогает понять, что есть вещи, которые требуют времени.

**Если проблема серьезная – а то, что ваш ребенок считает важным, совершенно точно нельзя игнорировать, пусть вам это и кажется полной глупостью, – такой проблеме придется уделить чуть больше времени.**

Иногда надо помочь ребенку понять, что в жизни не все происходит так, как нам хочется.

**Пример того, как работает метод**

Вы выбирали одежду для школы, а ребёнок обычно очень переживает из-за того, в чем идти, особенно когда на улице прохладно. Короче, ребёнок хотел надеть свои любимые брюки, но они были в стирке.

Ребёнок уже начала кукситься, когда вы спрашиваете:

Это большая, средняя или маленькая проблема?

Вы уже знаете, что небольшие проблемы легко решить. Попросите ребёнка предложить вариант решения (нужно время подумать), и ответ:

Выбрать другие штаны.

Вы говорите: И у тебя есть несколько штанов на выбор.

Ребёнок идёт выбирать другие штаны.

**Надо поздравить ребёнка с тем, что он смог сам решить проблему, потому что очень важно похвалить ребенка за то, что он справился, это поставит окончательную точку в ситуации.**