孩子发脾气时，父母该怎样做

相信全世界父母都一样，在孩子发脾气时都会非常烦恼和困惑。当孩子持续哭闹不止时，自己的脾气很可能会跟着点爆。

这个时候，做深呼吸，或在心里默念冷静冷静都可能没半分效果，怎样才能让宝宝和自己都冷静下来呢？

1.不要让他嗅到你的恐惧

你可能会在一个安静的公共场所的中间：一个图书馆，一个不错的餐厅。不过无论你在哪碰到孩子发脾气，你都不能紧张和恐惧。保持冷静。深呼吸。不要一开始反应。这只会让你的宝宝有更大的反应。

2.不要看他的眼睛

换句话说，不承认孩子在发脾气。你可以做自己的事情，而孩子在那边发脾气，像什么都没有发生一样。

3.不要参与孩子的愤怒

孩子只是孩子，他生气可能是收到了挫折或是没有得到他们想要的东西。幼儿在学习了这么多人和事，情感和事情。挫折有时是他们生活中不可避免的一部分。有时候发脾气是他们通过强烈的情绪学会如何去应对和自我抚慰的一种手段。

4.不要做不合理的让步

有时候，小孩哭，只是因为他们没有得到他们想要的东西。而你，不要给孩子不合理的要求让步。这是很有难的，尤其是当在公众场合孩子们闹脾气的时候，尤其是当你被陌生人异样的看着的时候。不过尽管是这样，你也不能迁就孩子们的要求，因为这样会让他们得寸进尺。

5.请相信自己是一个好父母

不要觉得自己是一个糟糕的父母，因为每过一段时间，你的宝宝就会发脾气。

请记住，发脾气是孩子成长发展的一个正常组成部分。而且它是肯定的，如果你需要从你孩子闹脾气这个情绪中休息的话，让你的配偶或朋友过来。

你要坚定的相信，你是一个好父母。

让孩子知道你爱他，当孩子平静下来变得懂事的时候，拥抱，亲吻他，让他们知道一切都过去了。