



ДЕТСКИЕ ИСТЕРИКИ: как реагировать и как бороться

Уважаемые родители!

Наверное, нет таких родителей, которые бы не столкнулись с проблемой детских истерик. Давайте разберемся в причине их появления и нашей реакции на них.

Многие малыши, даже очень спокойные, могут устроить взрослым истерику. У детей дошкольного возраста истерика обычно возникает из-за запрета взрослого или невозможности получить то, что он хочет. Проявляя истерику, малыш кричит, топает ногами, плачет, может, даже кусаться и кататься по полу размахивая руками и ногами, иногда причиняет вред своему здоровью.

ИСТЕРИКА – это очень эффективный способ добиться своего, манипулируя взрослыми.

Ребёнок довольно быстро понимает, что своим неадекватным поведением он ставит нас в неудобное положение и получает желаемое. Но если взрослые будут достаточно терпеливы, спокойны и последовательны в своих действиях, то могут успешно пресечь или даже предотвратить подобное поведение малыша. Главное не поддаваться и понять, для чего малышу нужна истерика!

Давайте разберёмся и поймем для чего же на самом деле ребёнку истерика.

Почему ребёнок устраивает истерику?

Истерическое состояние для ребёнка – это состояние стресса. Такое же, как и у его родителей во время его истерики. Но что показывает ребёнок таким поведением? Как правильно его истолковать? Нет, не потому что ребёнку нравится так себя вести, и уж точно не назло родителям. Своим поведением малыш пытается добиться своего. Но это только сначала! И если взрослые, не выдерживая, идут на поводу у ребёнка: «На! Только не плачь!», он обязательно начнет этим пользоваться. **Вывод:** не упустить! Не идти на поводу! НЕТ – значит, НЕТ!

Как пресечь истерику ребёнка?

Если вы, всё-таки упустили этот момент и ваш малыш уже «пользуется» вами, запаситесь терпением и научитесь правильно себя вести с ребёнком во время его истерик.

Что же вы должны сделать, чтобы истерика больше не повторялась?

- ✚ Помните о причинах первых истерик и постарайтесь предугадать капризы своего малыша. Согласна, сделать это не просто, но если малыш каждый раз видя ваш телефон (другой предмет) требует его со слезами...во избежание истерик просто уберите его из зоны видимости ребёнка;
- ✚ Не пускать развитие истерики на самотёк, когда ребёнка невозможно будет контролировать;
- ✚ Следить за состоянием ребёнка и постараться отвлечь его уже на стадии Беспокойства и раздражения, переключив внимание малыша на что-то другое. Постарайтесь успокоить малыша, взяв его на руки, обнимите,



поцелуйте и т.д.;

✚ Говорите с ребёнком присев на колени, чтобы он чувствовал, что вы с ним на одном уровне. Не ругайте его и, не в коем случае, не кричите. Говорите спокойно и тихо.

ИСТЕРИКА – недопустимое поведение.

Ребёнку с самого начала надо дать понять, что вы не будете терпеть подобное поведение. Лучший способ – прекратить общение с малышом до тех пор, пока он не успокоится, демонстративно не реагируя на его поведение, чтобы он не делал. Физическое наказание и крики только усугубят ситуацию. Как только ребёнок поймёт, что никто не реагирует на него, малыш сам прекратит истерику.

НЕТ ЗРИТЕЛЕЙ – НЕТ ИСТЕРИКИ!

Начавшего истерику ребёнка, желательно сразу увести в место, где можно изолировать его от взрослых и случайных зрителей. Если истерика в магазине или другом людном месте, то нужно постараться увести его от игрушек, сладостей, от других детей до полного его успокоения – он быстрее поймёт, что такое поведение недопустимо. И главное: взрослый сам должен быть спокоен и не возмутим!

Однако нельзя оставлять ребёнка одного в тёмной комнате, чтобы у него не появились различные фобии. Оставайтесь с малышом, постарайтесь его приласкать и успокоить.

Взрослым надо сразу выбрать, как они будут вести себя с ребёнком в случае истерики и не менять своё поведение. Малыш должен понять, что его поведение бесполезно, а капризы и истерики ни к чему не приведут. Бывает, что ребёнок, кроме родителей, устраивает истерики другим взрослым – няне, бабушке или воспитателям. В этих случаях нужно заранее договориться, как они должны себя вести при истерике, чтобы они не потыкали капризам, а помогли вместе исправить поведение ребёнка.

Взрослые должны помочь ребёнку научиться выражать своё состояние словами. Маленькие дети ещё плохо управляют своими эмоциями и часто бурно проявляют своё недовольство, если их не понимают взрослые или у них что-то не получается. Став союзниками малыша в проявлении своих чувств, взрослые начнут лучше его понимать, а малыш будет больше доверять.

Постоянство поведения и терпение – главное оружие в борьбе с истериками!

*Удачи Вам
в воспитании ваших детей!*



Сысоева Анастасия Валерьевна, тьютор