

Консультация для родителей
«СКАНДАЛ ПО ВСЕМ ПРАВИЛАМ,
или КАК СПРАВИТЬСЯ С ДЕТСКОЙ ИСТЕРИКОЙ»

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физиологической) они сопровождаются. В такой ситуации, особенно если это происходит в общественном месте, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться, запаниковать, расстроиться или выйти из себя.

Как быть?

1. Успокоиться! Помните, что даже самые замечательные мамы оказываются в таких ситуациях, и дело тут не в маме, а в темпераменте и характере вашего ребенка. По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.

2. Найти причину! Задумайтесь над причиной истерики ребенка:

- ребенку не хватает вашего внимания, и он таким способом стремится завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется и во взрослой жизни);

- ребенок манипулирует вами, он привык таким способом добиваться всего, что он хочет (отличить манипуляцию нелегко, но понаблюдайте за своим ребенком: *как* именно он плачет, *что* помогает ему успокоиться; если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребенку понять, что вы не одобряете его действия);

- ребенок устал, хочет спать, он голоден: устраните причину, и истерика пройдет.

3. Спокойно поговорить с ребенком! Главное средство от истерик – не впадать в такое же неистовство. Пытаясь сохранять спокойствие, выразите свое сочувствие ребенку (*«Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе...», «Я знаю, как это обидно»; «Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой, что произошло»*). Ребенок не услышит вас с первого раза, но, повторив эту фразу раз 20, вы достигнете до своего малыша, и он будет благодарен вам, что вы не дали волю своим чувствам (а как хотелось!). Договоритесь с ребенком, выясните причины его поведения.

4. Обеспечить тактильный контакт! Можно попытаться взять ребенка на руки, прижать к себе и ждать, когда все закончится, выражая свое сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой. Если нет возможности это сделать, необходимо присесть на корточки, чтобы ваши глаза находились на одном уровне, взять ребенка за руку, постараться установить с ним зрительный контакт. Ваши нежные прикосновения в любом случае окажут успокаивающее действие на малыша.



5. Подключить логику! Дети 3-5-ти лет вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло. Конечно, объяснить что-либо громко кричащему ребенку очень трудно. Поэтому переходить к объяснениям нужно только после того, как ребенок успокоился.

6. Отказаться от обвинений! Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребенка, его несносный (бабушкин, дедушкин, папин, мамин, тетин) характер. Помните, ваш ребенок такой, какой есть. У него есть свои желания, свои потребности. Он имеет право чего-либо хотеть или не хотеть. Он пока учится добиваться этого всеми доступными ему способами. В ваших силах объяснить ребенку, что с помощью истерики добиться желаемого результата у него не получится.



Чаще беседуйте с ребенком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.

