

Скандал по всем правилам или как справиться с детской истерикой.

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, и каждый помнит, какой нагрузкой она сопровождается. В такой ситуации, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя.

Как быть?

- Помните, что даже самые замечательные мамы оказываются в таких ситуациях, и дело тут не в маме, а в темпераменте и характере вашего ребенка.
- Задумайтесь над причиной истерики ребенка:
 - Ребенку не хватает вашего внимания, и он таким образом стремится получить его?
 - Ребенок манипулирует вами, он привык таким способом добывать все, 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, и таким «уговорам» не поддадитесь.
- Ребенок устал, хочет спать, он голоден или обижен? Искорените причину, и истерика пройдет.
- Если истерика в самом разгаре, улучите момент, когда ребенок набирает воздух, чтобы огласить окрестности новыми криками, и очень выразительно и захватывающе начните что-нибудь рассказывать.
- Можно попытаться обнять ребёнка и ждать, когда все закончится, выражая своё понимание.
- Главное средство против истерик - не впадать в такое же неистовство, пытаясь сохранять спокойствие, выразить своё сочувствие ребенку: «Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что ...», «Я знаю, как это обидно»; «Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой, что произошло».
- Ребенок не услышит вас с 1-го раза, но, повторив эту фразу 10 раз, Вы достучитесь до своего малыша и он будет благодарен Вам, что Вы не дали волю своим чувствам (а как хотелось!). Поговорите с ребенком, выясните причины его поведения.



- Дети 4-5-ти лет уже вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло.
- Если истерика случилась на людях, по возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.
- Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребенка, его (бабушкин, дедушкин, мамин, папин) характер.
- Помните, что никто не знает вашего ребенка так, как он себя.

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

Удачи!

Звягина Ю.А.,
педагог-психолог