

Скандал по всем правилам, или как справиться с детской истерикой

Педагог-психолог: Лепилова Наталья Юрьевна

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физиологической) они сопровождаются. В такой ситуации, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя. Как быть?



Вот что советуют психологи:

- ▶ 1. 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:

- ▶ а) Ребенку не хватает вашего внимания, и он таким образом завоевывает его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется и во взрослой жизни);
- ▶ б) 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;

- ▶ в) Ребенок устал, хочет спать, он голоден: искорените причину, и истерика пройдет.



- ▶ 2. Главное средство от истерик - не впадать в такое ж неистовство, пытаясь сохранять спокойствие, выразить 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 услышит вас с первого раза, но, повторив эту фразу раз 20, 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.

- ▶ 3. Можно попытаться взять ребенка на руки, прижать к себе и ждать, когда все закончится, выражая свое сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой.



- ▶ 4. 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 очень трудно, но наберитесь терпения и выберите подходящий для себя способ борьбы с детскими истериками.



***СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!!!***