

# Как справиться с детской истерикой?

## Советы родителям

Каждый взрослый хотя бы раз в жизни, но 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?**

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 способом стремится завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется и во взрослой жизни)
- ребенок манипулирует вами, он привык таким образом 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.

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

- Если истерика в самом разгаре, уличите момент, когда ребенок набирает воздух, чтобы начать кричать на всю улицу, и очень выразительно и захватывающе начните рассказывать какую-нибудь захватывающую историю.

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

### **Главное средство от истерики, не впадать в такое же неистовство, пытаться сохранять спокойствие, выразить свое сочувствие ребенку:**

«Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не купили тебе ...», «Я знаю как это обидно» и т.д.

Ребенок не услышит вас с первого раза, но повторив эту фразу 20 раз, вы достигнете 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.

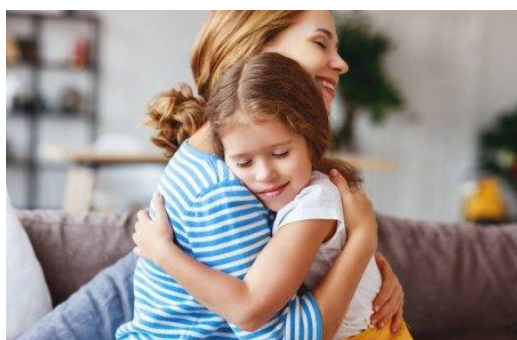
Дети 3-6 лет вполне способны понять логические объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло.

Конечно, объяснить что-либо громко кричащему ребенку очень трудно.

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, папин, мамин) характер.

**Помните, что никто не знает вашего ребенка так, как он себя. Чаще беседуйте с ребенком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях, и все будет хорошо!**



*Составила воспитатель Воронова В.Е.*