



Скандал по всем правилам или как справиться с детской истерикой

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

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:

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

- ребенок манипулирует вами, он привык таким образом добывать все, что он хочет.

Отличить манипуляцию нелегко, но наблюдайте 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.

2. Если истерика в самом разгаре, улучите момент, когда ребенок набирает воздух, чтобы огласить окрестности новыми криками, и очень выразительно и захватывающе начните рассказывать какую-нибудь интересную историю.

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

4. Главное средство от истерик, не впадать в такое же неистовство, пытаться сохранять спокойствие. *«Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе...»*, *«Я знаю, как это обидно...»*.

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.

5. Дети 3-5 лет вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло.

6. По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.

7. Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребенка его (папин, бабушкин, дедушкин) характер.

Помните, что никто не знает вашего ребенка лучше, чем он сам. Вывод: чаще беседуйте с ребенком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.