

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 7»

Консультация для родителей

# « Детские истерики. Как реагировать»



Подготовила: воспитатель Денисова Наталья Николаевна

**Детские истерики** (или приступы гнева) - это крайне нервные, возбужденные состояния, приводящие к потере самоконтроля и выражающиеся в немотивированных действиях, перепаде настроения, громком плаче и резких движениях конечностей.

### **Как выглядят детские истерики?**

В любой семье с маленькими детьми родители часто сталкиваются с истериками своих детей. Частые примеры детских истерик можно увидеть в магазинах, когда родители отказываются покупать игрушку, где вначале ребенок остается неподвижным, а затем раздражается громким плачем и плачем. Детская истерия может проявляться в совершенно разных формах. Это может быть нытье, стоны, крики, когда ребенок теряет самообладание. Родители часто не знают, как реагировать на такое поведение своего ребенка. Чтобы узнать, что делать с истериками у детей, сначала нужно понять причины этой истерии.



## Наиболее распространенные **причины истерики:**

- Истерика - это привычка общения, чтобы получить желаемое
- Родители не установили «настоящее НЕТ» для ребенка, и истерика - единственный способ сломать это хрупкое «НЕТ».
- Истерика также может быть способом привлечения внимания, что является одной из основных потребностей любого ребенка.

Если приступы гнева становятся регулярными, родители должны выстроить свою собственную стратегию выживания. Во-первых, никогда не обращайтесь внимания на такое поведение ребенка. Во-вторых, обратите внимание на ребенка, утвердив его положительные черты характера. И это не должно быть обрывками разговора: «Молодец». Внимание к ребенку - означает вопросы, ответы, интерес к успеху ребенка, терпение к деталям.

Истерики в большинстве случаев являются ничем иным, как манипуляциями, которые могут привести к катастрофическим последствиям. Если ваш ребенок не воспринимает ваш незначительный запрет всерьез - ни один из ваших запретов не будет воспринят всерьез, даже в отношении опасностей. Нет ничего хуже, чем хрупкое «нет». Если вы решили положить конец истерикам ребенка - начните прямо сейчас и не сдавайтесь.

## **Как реагировать на истерики:**

**Правило № 1.** Учитесь отличать нужды от капризов. Если ваш ребенок плачет из-за неудовлетворенной потребности - он не перестанет плакать, когда вы уходите или исчезаете из ее поля зрения. Скорее всего, если это прихоть, то истерика у ребенка будет вызвана вашим отказом удовлетворить прихоть (*не позволять ребенку играть со стичками, не давать ему шоколад перед обедом, не покупать игрушку*). Другой случай - когда ребенок засыпает и не имеет возможности лечь и заснуть - это уже одна из основных потребностей.

**Правило № 2.** НЕТ никогда не должно превращаться в ДА. Истерика - лучший инструмент для манипуляций. Вы заметили, что ваш ребенок делает это не со всеми? Например - ребенок впадает в истерику с матерью, но ведет себя хорошо с отцом. Причина очевидна - с одним из родителей истерики действительно срабатывают. Если истерика началась, никогда не меняйте свое НЕТ на ДА. Если истерика длится достаточно долго, чтобы заставить вас сдаться - ребенок победит, и истерика станет лучшим другом ребенка.

**Правило № 3.** Поговорите с ребенком. Сказав «НЕТ», вы не должны сердиться или раздражаться. Причины отказа должны быть объяснены. Сделайте объяснение коротким и ясным. Если ребенок не удовлетворен - вдавайтесь в подробности, все еще используя простые слова. Малышу еще предстоит освоить общение. Общаясь, вы покажете, как правильно справляться с неудовлетворенностью. Вы также можете шептать свои объяснения на ухо - это сделает общение более интимным, и ребенку понравится нестандартный подход. Поцелуи и объятия более чем уместны.

**Правило №4.** Не обращайтесь на общественное мнение. Несомненно, плачущий ребенок может вызвать жалость окружающих, и ваше полное неучастие может выглядеть как жестокое обращение. Но не поддавайтесь на это - у вас есть право правильно выполнять свои родительские обязанности. Если ситуация становится слишком тревожной - заберите ребенка с места (если это возможно) и дайте ему выплакаться - ребенок должен знать, что вы не передумаете. Если вы находитесь в очереди и чувствуете себя виноватым по отношению к другим людям - не стесняйтесь сказать всем, что вы сожалеете о принесенных неудобствах, но это единственный способ исправить плохое поведение ребенка, чтобы ребенок не мешал другим людям в будущем. Ребенок услышит ваши извинения, а также усвоит часть урока.

**Правило № 5.** Всегда хвалите своего ребенка, если вам удалось победить истерику. Малыш должен знать, что его хорошее поведение делает вас счастливым. Не ждите и делайте это немедленно. Поведение - это набор условных рефлексов, результат укрощения посредством похвалы. Зная то, что вы цените своего ребенка за понимание и хорошее поведение - ребенок захочет повторять это снова и снова. Приступы гнева станут более редкими и исчезнут, как плохое воспоминание.

Еще одна причина истерики у детей кроется в физиологии. Иногда ребенок после продолжительного бодрствования чувствует необходимость «кричать об этом», чтобы потратить энергию, а затем спать спокойно. Если вы слишком долго игнорируете признаки усталости ребенка, это может привести к истерике у детей. В таких случаях вашему ребенку нужна помощь: подберите его, игриво встряхните, успокойте.

Причина истерии может быть связана с возрастом. Знаменитый трехлетний кризис и тому подобное. Ребенок не слушает, он хочет делать все по-своему, значит, он хочет утвердиться, показать свое «я». В этот период необходимо, чтобы родители проявили жесткое терпение и стойкость.

*Когда это возможно, необходимо дать ребенку возможность продемонстрировать свою независимость!*

Например, пусть он решит, что надеть. Но в самом начале родители должны определить границы того, что разрешено, а что нет. Это касается даже безопасности их малыша в его отношениях с окружающими. Самое главное, что родители никогда не должны быть равнодушными к проблемам ребенка, даже к самым мелочам.

## **Предупреждайте детские капризы и истерики**

Никогда, не вознаграждайте своего ребенка, уступая ему в его требованиях, после того, как истерика закончилась. Это лишь докажет малышу, что истерика сработала, он получил, что он хотел. Вместо этого похвалите его, скажите малышу, какой он молодец, что сумел успокоиться.

Также дети могут быть особенно уязвимыми после истерики, они чувствуют, что вам их поведение совершенно не понравилось, думают, что теперь вы их меньше любите. А это значит, что пришло время для того, чтобы обнять и уверить вашего малыша, что вы его очень любите, и совершенно неважно, что там между вами произошло.

**Успехов Вам и терпения!**