

Консультация для родителей «Детская истерика».

Истерики случаются у большинства детей. Каждый ребенок в определенные периоды своей жизни проходит этап истерик и противоречивого поведения. Родители, которые становятся свидетелями детского гнева, испытывают целую гамму чувств: смущение, растерянность, ярость. Родителям необходимо успокоиться.

Детская истерика – это эмоционально состояние, при котором ребенок не в состоянии контролировать свое поведение. Это демонстративное поведение, выражающее активный протест, собственные страдания и невозможность адекватных реакций.

Маленьким детям трудно сдерживать эмоции, сказать словами, что они хотят или чувствуют. Поэтому в минуты гнева, смущения или разочарования и страха дети кричат, плачут, топают ногами и даже бросаются на пол. Такое поведение проявляется у детей от года до пяти лет. **У детей до 3-х лет – это капризы и в такой момент достаточно отвлечь, переключить внимание для снятия проблемы. А вот у детей старше 3-х лет могут возникать истерики, как крайняя форма выражения упрямства, своеволия, негативизма, противопоставления себя взрослому.** Когда ребенок научится выражать свои чувства, истерики пойдут на спад. Однако такое обучение во многом зависит от родителей и их реагирования на истерическое поведение ребенка.

Причины детской истерики:

Нехватка родительского внимания. Ребенок, таким образом, привлекает к себе внимание родителей. Главное ребенку привлечь внимание родителей, но каким способом для ребенка это не имеет значения. Главное результат- внимание родителей.

Запрет. Толчком к началу истерики для ребенка может послужить обычное родительское **«нет»**. Это является для ребенка сильным эмоциональным раздражителем. Вообще собственно приступ истерики длится недолго. Чаще всего ребенок сознательно продолжает кричать и

плакать, чтобы добиться от родителей своего. Припадки истерики могут испытывать все маленькие дети, но особенно подвержены им дети со слабой нервной системой.

Эмоциональное напряжение. Если перед истерикой малыш был там, где шумно и весело, если он переиграл с друзьями или долгое время общался с незнакомыми для него людьми, наверняка кроха перевозбудился или перенервничал. В таком случае истерика – своеобразное «выпускание пара».

Не удивляйтесь, если у ребенка случаются истерики только в вашем присутствии. Так он испытывает на прочность установленные вами правила и ограничения. Кроме того, дети стараются демонстрировать свои чувства и проверять чувства тех людей, которым они доверяют. Если ребенок устроил истерику, нельзя выполнять то, чего он добивается. Если один раз в ответ на истерику мама разрешила взять вазу, которую брать «нельзя», можно со стопроцентной уверенностью сказать – истерика повторится не однажды. Если родители будут потакать ребенку в момент его истерических припадков, поверьте, очень быстро ребенок научится «истерить» в нужный момент, то есть капризничать. И тогда детская истерика станет излюбленным способом достижения желаемого.

Что делать, если истерика началась?

- Отвлеките ребенка, переключив его внимание на что-то другое: новое занятие, игрушку или книгу. Можно внезапно прервать его фразой типа «Ой посмотри, что делает вон та киска». Можно отойти в другое место, отвлекая ребенка фразой «А давай выйдем на улицу и посмотрим на цветочки». Шутка или смешная рожица тоже иногда срабатывают;

- Демонстрируйте безразличие. Зачастую дети капризничают, исключительно чтобы привлечь ваше внимание. Но наблюдайте за ребенком, чтоб он не причинил себе вреда.

- Пытайтесь сохранять спокойствие. Крики и гнев только усугубляют ситуацию. Чем больше внимания вы уделяете истерики ребенка, тем вероятней ее развитие и повторение;

- Не меняйте уже принятых решений, чтоб успокоить ребенка. Это сработает один раз, но поняв, что с помощью истерики можно добиться желаемого, ребенок наверняка этим воспользуется и начнет вами манипулировать;

Никогда не наказывайте ребенка за истерику. В этом случае он начнет копить в себе гнев и обиду, а это вредно для здоровья. Ведите себя спокойно, с пониманием. С возрастом ребенок научится лучше контролировать свои эмоции.

Не хвалите ребенка за то, что он прекратил истерику. В противном случае он будет устраивать их специально, чтобы получить то, что ему нужно.