

Если истерика все-таки началась...

- **При любой истерике у ребенка ведите себя адекватно, сохраняйте спокойствие.**

Скажите «нет» собственным истерикам, чтобы ребенок не копировал ваше поведение.

- **Переключайте ребенка на действия:** попросите подойти к вам, дайте ему что-нибудь в руки, начните спокойно играть с его игрушками, не обращая внимания на крики.

- **Обнимите ребенка, если он позволяет к себе прикасаться.** Начните жалеть его вслух, проговаривая его чувства: «Тебе больно..., обидно ..., ты сердишься...».

- **Перенаправьте агрессию.** Объясняйте: «По столу рукой не бей, будет больно, лучше по мячику».

- **При первых признаках истерики в общественном месте уведите ребенка в уединенное место.** В идеале – домой. Любая истерика требует зрителей. Не будет зрителей, исчезнет необходимость в демонстрации недовольства столь явным способом.

- **Когда ребёнок успокоится – поговорите о случившемся.** Спокойно объясните почему такое поведение неприемлемо.

- **Не провоцируйте истерику.** Дети истерят, когда они устали, проголодались или чувствуют, что их торопят.

Составитель: воспитатель
МКДОУ «Детский сад №19 «Тополёк»
Мурашкина О.Н.



КАК БЫСТРО ПРЕКРАТИТЬ ДЕТСКУЮ ИСТЕРИКУ?



Почему ребенок устраивает истерики?

Ответ лежит на поверхности – его что-то не устраивает, и он старается это изменить известным ему способом.

Когда желания ребенка и возможности их удовлетворения в конкретной ситуации не совпадают, случается истерика.

Истерики характеризуют переломный этап развития. Чаще всего они случаются у детей 1,5-3 лет, когда ребенку еще сложно контролировать свои эмоции, а словарного запаса малыша, выразить словами то, что он чувствует, не хватает.

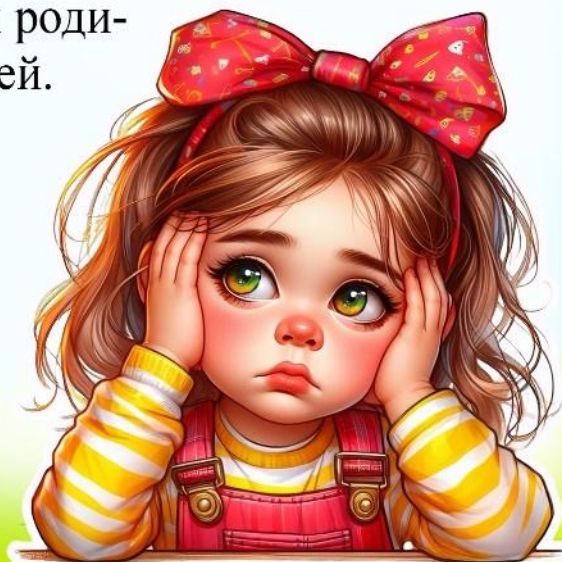
Чем старше становится ребенок, тем реже он прибегает к истерикам.



Предотвращаем истерику

- **Научите ребенка словами выражать своё недовольство**, а не закатывать истерику. Как только малыш начал говорить, постарайтесь привить ему привычку рассказывать о своих чувствах: «Меня пугает темнота» или «Я сержусь, когда не получается рисунок».

- **Уделяйте внимание ребенку.** 80% истерик происходят из-за недостаточного внимания родителей.



- **Выработайте единые правила и требования в семье.** Не должно быть такого: сегодня разрешаем, завтра запрещаем или «мама запретила – пойду у бабушки потребую».

- **Обратите внимание на климат в семье.** Ссоры родителей, конфликтные ситуации, депрессии кого-то из членов семьи действуют как бомба замедленного действия. Со временем накопившийся негатив выплескивается у ребенка в форме истерики. Иногда ребенок неосознанно использует истерику для прекращения ссоры родителей.

