

Консультация для родителей:

«Детские истерики»

Детские истерики: что с ними делать?

Дети часто устраивают истерики: кричат, падают на пол, стучат руками и ногами, разбрасывают все вокруг. Что с этим делать?

Говорят, что истерика детей - это реакция на слова, или поступки взрослого, ответ на то, что в отношениях взрослого и ребенка есть что-то неправильное.

У детских истерик много корней. Непослушание и истерики бывают возрастными симптомами, иногда – сигналами о том, что ребенок устал или заболел, а чаще всего - это проверка ребёнком родительской устойчивости: "А можно ли, родители, вас не слушаться?" «Как вы поведёте себя, когда я буду истерить?». Если родители по факту истерику разрешают и своими действиями ее подкрепляют, ребенок начинает истерику активно использовать.

Как бороться с истериками ? Ответ прост: не разрешать истерики с самого начала. Помните, что истерика - это эмоция, а это, в свою очередь - только подача сигнала ключевым лицам с целью донесения информации до них. С другой стороны, подсказывайте ребенку, как можно добиваться своего без плача, а именно учите его обращаться с просьбой.

Волшебная формула: "Когда ты плачешь и кричишь, я тебя не понимаю. Скажи спокойно, что ты хочешь?"

Если ребенок смог прекратить плач и попросил вас спокойно, по возможности пойдите ему навстречу, правильные действия ребенка следует вознаграждать.

Главное правило: "Вы главный". Не ведитесь на истерики. **Не позволяйте ребенку управлять вами.**

Если вам нужно идти по своим делам, а ребенок орет и не хочет вас отпустить - идите по своим делам. Ребенок будет плакать, может быть даже кричать - от этого еще никто не умирал. Это не вредно для здоровья.

Самый лучший родитель - сильный родитель, использующий свою силу для заботы о ребенке.

- **Спокойствие.** Не поддавайтесь первой волне эмоций и отвечайте вашему ребенку только после того, как вы возьмете себя в руки и успокоитесь. Кстати, еще раз задумайтесь: это честный плач или манипуляция?
- **Твердость.** Если вы поддаетесь ребенку, это только укрепляет его привычку плакать. Если вы уверены, что плач ребенка - манипулятивный, ваши ответы "да" и "нет" должны быть окончательными. Если вы сказали "нет", значит, так тому и быть, вы должны твердо стоять на своем и не менять свое мнение.
- **Формат.** Приучайте детей к формату нормального поведения. Не угадывайте, что дети хотят от вас своим плачем. Пусть они усвоят: пока они плачут - вы их не понимаете. Вы можете понять, что они хотят, только когда они ясно скажут, что они хотят.

Главным шагом в прекращении истерии у ребенка является то, что Вы должны научиться понимать своего ребенка, чаще разговаривать с ним, интересоваться его жизнью.

Думайте о будущем, воспитывайте правильные привычки. Реагировать на упорные истерики - все равно, что тушить уже разгоревшийся пожар.

Материал подготовила: Борисенкова Е.В.

