

ДЕТСКИЕ ИСТЕРИКИ

Истерика у детей - это реакция на ограничения, на несбывшиеся ожидания. Если ребенок не может что-то сделать или ему не разрешают что-то - он сердится. Очень сердится! На вас, на других людей, на эти запреты. Именно этот гнев ребенка и приводит его в состояние истерики, что выражается в следующем:

- ребенок теряет контроль над собой и истерично визжит
- бросается на пол и колотит ногами
- может пинать предметы и бить ногами людей, бросаться тем, что попало под руку
- может драться или ругаться
- "закатываться" в крике

Истерики объясняются тем, что ребенок начинает отделять себя от мамы и осознавать себя как самостоятельную личность.

А самостоятельная личность начинает "бороться" за независимость.

И ЭТО НОРМАЛЬНО! Более того, для ребенка периодические истерики - это совершенно "здоровое поведение". У всех детей наблюдаются вспышки гнева частично потому, что в силу развития они хотят больше, чем физически способны сделать.

Родители никогда не должны поддаваться на истерику ребенка. Кроме особых случаев - например, если ребенок заболел.

Почему дети впадают в истерику?

Потому что они расстроены или испытывают стресс.

Чтобы привлечь к себе внимание.

Чтобы поступить по-своему.

Почему родители поддаются на истерику ребенка?

Потому что боятся как бы ребенок себе не повредил что-нибудь.

Потому что невыносимо смотреть как ребенок бьется в истерике и нервничает, а если уступить - истерика прекращается.

Потому что вокруг люди смотрят и что они подумают о вас ?

Потому что этот ор просто невыносим!

Как справиться с истерикой?

Прежде всего необходимо проанализировать все.

Ведите записи!

- как часто ребенок впадает в истерику
- как долго это продолжается
- в какое время дня чаще происходит
- где это случается
- с кем, в чьем присутствии (с мамой, папой, бабушкой и т.п)
- что является поводом
- каковы последствия каждого случая

Если в течение 2-3 недель вы заставите себя заполнять всякий раз такую табличку, вы многое узнаете о своем ребенке!

Итак, что же с этим делать?

- старайтесь предотвратить, остановите еще до того, как весь этот кошмар начнется (например, уберите требуемый ребенком предмет из зоны видимости и досягаемости, отвлеките его).
- говорите с ребенком, **НО!!** Никогда не пытайтесь урезонить его в разгар "боя" и всегда выбирайте момент для разговора, когда вы оба спокойны и дружелюбно настроены друг к другу. В "состоянии войны" или на нервах вы ни о чем не договоритесь;
- убедитесь, что ребенок вас слушает;
- помогайте ребенку справляться с "крушением надежд".

