

Что делать с детской истерикой?

Дети в возрасте от года до четырех часто устраивают истерики. Они разбрасывают вещи, падают на пол, визжат, топают ногами, бьются головой. У некоторых успокоение наступает быстро, другие могут часами закатывать подобные «концерты», и кажется, что никогда это не кончится.

Истерики могут возникать у малышек по разным причинам. Чаще всего это происходит, если не выполнено какое-то их желание, чтобы заставить родителей поступить так, как им хочется. Также истерику могут вызвать недосып, усталость, голод, нервное напряжение или просто желание подражать сверстникам.

Психологи считают, что капризничая, малыши избавляются от нервного перевозбуждения, стресса, отрицательных эмоций. Однако слишком частых истерик следует избегать, пытаться их контролировать. Иначе со временем ваша жизнь, как родителей, может стать невыносимой, а жизнь малыша – наполненной эгоистичными поступками и нетерпимостью к людям.

Предугадать начинающуюся истерику не так уж сложно. Замечаете, что ваш ребенок начинает плакать в магазинах, прося купить какую-нибудь игрушку, – нужно спокойно ему объяснить, что не взяли с собой нужного количества денег и, возможно, купите ее в другой раз. Лучше всего запомнить, что именно просил ваш отпрыск, и купить это на день рожденья или по другому менее значительному поводу. Малышу будет вдвойне приятна ваша забота и то, что вы не забываете о его желаниях. Возможно, во время следующего похода в магазин он будет терпимее и спокойней отнесется к вашему отказу, втайне надеясь на повторное воплощение мечты, а то и просто забудет о своем сиюминутном желании, если оно и правда таково.

Начинает кричать в гостях, общественных местах или транспорте. Скорее всего, он проголодался или устал. Старайтесь сократить время прогулок, пребывания в таких местах или не берите его туда вообще. Если истерика уже началась, постарайтесь отвлечь ребенка игрушкой, каким-то действием, развеселите его, выведите на свежий воздух, предложите порисовать вместе. Не нужно запрещать малышу кричать, так вы не добьетесь желаемого. Спокойно попросите его подойти к вам, дайте попить, игрушку. Дети лучше реагируют на положительные просьбы, чем на запреты, сказанные на повышенных тонах.

Что делать с детской истерикой

Автор: admin

21.03.2011 16:41 - Обновлено 04.11.2014 11:02

Маленькие дети не умеют контролировать свои эмоции и не всегда могут выразить словами то, чем не довольны. Попробуйте проговорить это за них: «Ты очень хотел эту игрушку, а теперь сердись, потому что тебе ее не купили?» В большинстве случаев дети с удивлением соглашаются со взрослыми и успокаиваются, когда их недовольство обретает логическую словесную форму. Необходимо объяснить чаду, что такое поведение недопустимо, как некрасиво это выглядит со стороны (хотя бы на примере другого ребенка). И уж если вы пообещали ему какое-то наказание за непотребную выходку, то воплощайте его в жизнь время от времени. Иначе ребенок поймет, что угрозы – это просто угрозы...

И напоследок: уж если ваш ребенок разбушевался не на шутку, ничто его не успокаивает, и вы точно знаете, что причина кроется не в утомлении или голоде, выйдите из комнаты. Так он успокоится быстрее. Когда нет зрителей, нет и повода для выступления.

Автор - **Мария Майорова**

[Источник](#)