

Консультация «Как помочь ребёнку справиться с истерикой?»



Детская истерика, что же это такое? Почему ребёнок так себя ведёт? Давайте разбираться вместе. Истерики у ребёнка могут протекать по-разному. Они бывают короткими, а зачастую длительными. Родители считают, что с возрастом ребенка все истерики пройдут, но на это надеяться нельзя, ведь именно в детстве происходит формирование характера, все происходящее ребенок впитывает, как губка. Нельзя допускать того, что если ребенок будет впадать в истерику, то все его желания и хотения будут осуществляться. Если у ребенка возникла истерика, то конечно есть причина того, что она появилась. Конечно, на ровном месте истерики не бывает, что-то с ребенком случилось, что-то вызвало у него такое состояние, а истерия - это не контролируемое состояние, во время которого происходит сильный энергетический взрыв. Главное, не усугублять детскую истерику своей, потому что чаще всего детская истерия одновременно вызывает истерию у родителей. Возьмите себе за правило сдерживать себя во время истерии у ребенка и

контролировать свои действия, несмотря на то, что это трудно сделать в такие моменты. Конечно, трудно спокойно действовать, если истерика у ребенка возникла в общественном месте, а чаще всего родители боятся быть социально осужденными. Для себя Вы должны решить, что для Вас главное: что скажут окружающие или Ваш ребенок? Если в момент истерии ребенок мешает кому-то, например, рядом коляски с малышами или что-то другое, то в такой момент стоит все же взять своего ребенка и немного отойти в сторону. Хотя у наших детей еще совсем мало опыта, но они умеют хитрить. Они легко могут узнать слабые места старших. Часто детские истерики носят демонстративный характер, поэтому нужно отличать истерику, которая возникла из-за усталости, болезни, жары, и т. п. или это демонстративная истерика. Не все родители способны видеть слезы своего малыша, и они начинают уступать ему, чего делать ни в коем случае нельзя!

Истерика – это очень эффективный способ добиться своего, манипулируя взрослыми. Ребенок довольно быстро понимает, что своим неадекватным поведением он ставит нас в неудобное положение и получает желаемое. Но если взрослые будут достаточно терпеливы, спокойны и последовательны в своих действиях, то могут успешно пресечь или даже предотвратить подобное поведение малыша.

Давайте разберемся и поймем для чего же на самом деле ребенку истерика.

1. Почему малыш устраивает истерику?

Своим поведением малыш пытается добиться своего. Но это только сначала! И если взрослые, не выдерживая, идут на поводу у ребенка: «На! Только не плачь!» он обязательно начнет этим пользоваться.

Вывод: не упустить! Не идти на поводу! НЕТ – значит - НЕТ!

2. Как пресечь истерику ребенка?

Что же вы должны сделать, чтобы истерика больше не повторялась?

- помните о причинах первых истерик и постарайтесь предугадать капризы своего малыша;
- не пускать развитие истерики на самотек, когда ребенка уже невозможно будет контролировать;
- следить за состоянием ребенка и постараться отвлечь его уже на стадии беспокойства и раздражения, переключив внимание малыша на что-то другое;

- говорите с ребенком присев на колени, что бы он чувствовал, что вы с ним на одном уровне. Не ругайте его и, ни в коем случае не кричите. Говорите спокойно и тихо.

3. Истерика – недопустимое поведение.

Ребенку с самого начала надо дать понять, что вы не будете терпеть подобное поведение. Лучший способ – прекратить общение с малышом до тех пор, пока он не успокоится, демонстративно не реагируя на его поведение, чтобы он не делал. Как только ребенок поймет, что никто не реагирует на него, малыш сам прекратит истерику.

4. Нет зрителей – нет истерики.

Начавшего истерику ребенка, желательно сразу увести в место, где можно изолировать его от взрослых и случайных зрителей до полного его успокоения – он быстрее поймет, что такое поведение недопустимо. И главное: взрослый сам должен быть спокоен и не возмущен!

Однако нельзя оставлять ребенка одного в темной комнате или чулане, чтобы у него не появились различные фобии. Оставайтесь с малышом, постарайтесь его приласкать и успокоить.

5. Реакция взрослых на истерику должна быть постоянной.

Взрослым надо сразу выбрать, как они будут вести себя с ребенком в случае истерики и не менять свое поведение. Бывает, что ребенок, кроме родителей, устраивает истерики другим взрослым – няне, бабушке или воспитателям. В этих случаях нужно заранее договориться, как они должны себя вести при истерике, чтобы они не потакали капризам, а помогли вместе исправить поведение ребенка.

6. Научите ребенка выражать свое недовольство.

Взрослые должны помочь ребенку научиться выражать свое состояние словами. Маленькие дети еще плохо управляют своими эмоциями и часто бурно проявляют свое недовольство, если их не понимают взрослые или у них что-то не получается. Став союзниками малыша в проявлении своих чувств, взрослые начнут лучше его понимать, а малыш будет больше им доверять.

Почти все родители сталкиваются с детскими истериками, но не все знают, как правильно реагировать на них. Постоянство поведения и терпение – главное оружие в борьбе с истериками. Лучше сразу отучить малыша от подобных манипуляций, чем трепать потом нервы себе и ребенку.



Как же избежать истерик у ребенка?

1. Надо переключить его внимание.

Вам надо научиться переключить его внимание на что ни будь другое, на какой либо объект.

2. Не стоит уступать ребенку. Ведь если мы будем выполнять все хотения ребенка, то он еще сильнее будет устраивать истерику.

3. Ни в коем случае нельзя кричать и физически наказывать ребенка.

В этот момент надо сдержаться и быть более уравновешенным.

4. Надо научиться не обращать внимание на его истерику.

Можно оставить ребенка наедине с собой, он увидит, что никто не обращает на него внимание, на его рыдания и сам успокоится.

5. Чаше разговаривайте со своим ребенком.

Не расстраивайтесь, если у вас не сразу все получится, надо запастись терпением и вскоре вы обязательно достигните желаемого результата!

Старайтесь как можно больше уделять времени своему малышу, быть с ним нежным, заботливым. Постарайтесь выявить причину его недовольства ,слез.

Он должен сам научиться выявлять свои чувства и желания словами. главное не поддаваться и понять, для чего малышу нужна истерика!



Источник: konsultatsiya...roditelej...isteriki_det-sad-1.ucoz.ru

Составитель: Абросимова Н. П., воспитатель