

## Консультация для родителей

### Дети закатывают истерики даже в тех семьях, где и мама, и папа крайне сдержаны и не склонны к бурному проявлению эмоций.

Здесь дело не в «плохой наследственности», а в попустительстве взрослых. Там, где отсутствует правильное воспитание, дети могут устраивать истерики по любому поводу, особенно на первых порах, пока родители строго не пресекли подобные «выступления». Часто, начав скандалить, малыши и рады бы остановиться, но входят в раж и не могут прекратить «концерт».

Так как же правильно реагировать на истерики ребенка, и как отучить малышей от таких сверхэмоциональных проявлений? Как реагировать на детские истерики.

Если вы не знаете, что делать, если у ребенка истерика, прежде всего, нужно как можно скорее прекратить конфликт. Это единственно правильное действие родителей. Конечно, в этой ситуации следует реагировать правильно: ни идти на поводу у ребенка, выполняя его требования, ни уговаривать его. Ведь именно уговоры и ласковые слова — свидетельства любви близких — заставляют его настаивать на своем и чувствовать свою правоту и силу. Если ребенок впал в истерику, его нужно изъять из создавшейся ситуации: увести из комнаты, где находится няня, вынести на руках от гостей, куда вы пришли, и оставить на некоторое время в тишине и спокойствии. Не говорите, что он хороший: при том, что случилось, он этого не заслуживает. Ребенка, который устраивает истерики, не называйте ласковыми словами. Четырехлетний малыш уже точно знает, что то, что он сделал, — плохо. Недаром он будет помнить это всю жизнь.

Оставшись наедине с ребенком, ничего не говорите о только что произошедшем. Пока малыш не перейдет в другое состояние, лучше не касайтесь этой темы.

Первое, что нужно делать, если ребенок закатил истерику, это отвлечь его, чтобы переключить внимание. Вы можете нейтральным и безоценочным тоном спросить: «Что же там происходит на улице? Надо же, соседская кошка крадется за воробьем. Неужели она его схватит? Надо же, Петя вышел гулять. Что же у него в руке? Не могу разобрать. А, я знаю! Нет, это что-то другое».

Если у ребенка истерика, вы просто смотрите в окно и говорите все, что приходит в голову. Задача состоит в том, чтобы малыш успел сказать, как можно меньше плохих вещей и прекратил скандалить. Все плохое, что сказано взрослым или малышом, человеку необходимо потом как-то оправдать, иначе он не сможет с этим жить.

Вы убрали раздражающий объект и пытаетесь отвлечь ребенка внешними событиями, не демонстрируя собственного отношения к ситуации. Вы не осуждаете его (иначе он заплачет с еще большей силой, потому что захочет вернуть вашу любовь), не сочувствуете его слезам и не утешаете его (тогда он пожалеет себя и будет вновь рыдать).

Вы просто увлечены чем-то крайне важным и интересным. Когда малыш отвлечется, не стоит возвращаться к ситуации сразу же, а то он вновь начнет орать. В этом возрасте у ребенка еще плохо функционирует система произвольной регуляции эмоций.

Вы можете продолжать рассказывать: например, все ту же сказку про кошку, которая охотилась за воробьем. Возможно, у нее есть котята; опишите, сколько их и как они выглядят. Пофантазируйте, что делает мальчик Петя, куда поехал грузовик, почему так сильно качается дерево и т. д.

Расскажите, почему дует ветер, почему светит солнце и как оно, если устало, отправляется спать. Когда вы почувствуете, что ребенок успокоился, то можете спросить его, чего он хочет: поесть, лечь спать, пойти домой или продолжить игру с детьми.

Эмоции могут быть столь сильными, что он предпочтет лечь рядом с вами. Если вы находитесь дома, то можете уложить его привычным способом. Если вы в другом месте, то стоит одеть ребенка и отправиться домой, чтобы там отдохнуть. Только когда ребенок проснется, вы можете спокойным тоном объяснить, что произошло и почему так вести себя нельзя.

Нужно рассказать ему, что вы чувствовали в тот момент, а затем обсудить с ребенком, как он намерен восстанавливать отношения с теми, кого обидел. А как реагировать на истерику ребенка, если это произошло в гостях?

В этом случае стоит пропустить один из следующих подобных походов, объяснив предварительно, что ходить в гости можно только при условии соблюдения правил поведения в обществе.

Ребенок должен ощутить, что его действия имеют последствия. Вам стоит всем своим видом показать, что вы не отвергаете его как своего сына или дочь и продолжаете любить его, как прежде, но не принимаете подобный способ общения с людьми. ...

**Если ребенок устраивает постоянные истерики, следует соблюдать правила наказания:** вы не можете наказывать за то, что ранее не оговаривалось. Если эпизод истерики случился в первый раз, не нужно наказывать ребенка, поскольку изначально не были оговорены штрафные санкции.

Но сказать, что вы чувствовали и что чувствовала няня, следует обязательно. У вас нет задачи мучить малыша, но есть обязанность научить его поведению в обществе. Стоит обговорить, каким образом можно спасти ситуацию: извиниться, подойти и обнять, сделать подарок. Далее родитель вместе с ребенком решают эту проблему, принимая во внимание ситуацию и то, что хотел бы получить сам обиженный (например, бабушка или дедушка).

Часто ребенок закатывает потому, что при помощи плача ребенок пытается заставить взрослых сделать что-то по-своему, а иногда он просто хочет оказаться в центре внимания.

Уже с самого начала самостоятельного передвижения ребенка по комнате следует объяснить ему, что вокруг существует объективный мир, устроенный по определенным правилам, не зависящим от его желания. Чтобы научиться безопасно жить в этом мире, необходимо их соблюдать.

Именно поэтому, когда ребенок стучается о предмет в комнате, нельзя ругать предмет. Следует просто обратить внимание малыша на то, что нужно быть более осторожным, и показать, как можно обходить препятствие. То, что сочувствие может сыграть злую шутку и с родителями, и с детьми, — очень важный момент.

Ребенок закатывает истерику по любому поводу, сам возбуждает себя, а потом не знает, как прекратить происходящее, не потеряв лицо.

Важнейшими действиями родителей будут изоляция малыша от зрителей (которые только возбуждают в нем желание продолжать спектакль) и спокойный разговор, в котором не должно быть сочувствия или укора, пока ребенок не успокоится: лишь нейтральный голос и отвлечение внимания любым способом (ранее было описано, как это можно сделать).

Если вы не знаете, что делать, если у ребенка постоянные истерики, попробуйте всегда сохранять спокойствие, только так можно взять ситуацию под свой контроль.

Все истерики рассчитаны на слаонервных родителей. Мы не говорим, что родители должны быть непроницаемы, но им надо уметь себя сдерживать. Если этого не умеют они, как научится владеть собой ребенок, у которого нет положительного примера? Задача родителя в том, чтобы помнить всегда, что виноватый взрослый — лучший объект для манипуляции ребенка.

Советы родителям, если ребенок впал в истерику. Ниже предложено несколько советов по поводу того, что делать родителям, если ребенок устраивает истерики. По возможности оградите ребенка от нежелательных зрителей, сочувствующих ему и своими высказываниями подогревающих истерику и влияющих на ваше состояние.

Вообще исключите зрителей из ситуации, иначе вы будете работать на них и на истерику вашего ребенка. Сердобольным старушкам в трамвае можно вежливо сказать, что вы сами попытаетесь справиться с проблемой. Действуйте в соответствии с собственными решениями, а не под воздействием их критических взглядов и замечаний.

Несколько раз глубоко вдохните, чтобы успокоиться, унять гнев и раздражение.

Покажите всем своим видом, что вы верите, что ваш ребенок сможет справиться с ситуацией. Вы доверяете ему как человеку, который в состоянии управлять своими эмоциями: «Я уверена, что ты сейчас можешь успокоиться. Ты ведь большой». В ваших словах нет ни сочувствия, ни осуждения.

Если вы находитесь в магазине, и ваш ребенок не может успокоиться, то возьмите его за руку, оставьте все покупки и выйдите на свежий воздух. Если ребенок впал в истерику, унесите его в соседнюю комнату и начните отвлекающий маневр, обращая внимание на что-то постороннее.

Проявите максимальный интерес. Ребенок может отвлечься на то, чем заняты вы, но потом снова зарыдать. Будьте спокойны и целенаправленно переводите его внимание на внешние необычные события. Придумывайте на ходу.

Именно так поступают опытные воспитатели детского сада, которым оставляют орущего ребенка, уже полюбившего себя в этом состоянии бесконечного отчаяния. Они нейтральным тоном предлагают малышу новые для него занятия, а не сочувствуют, как часто неверно делают в этой ситуации близкие. Сочувствие ребенку, если он остался без родителей, как в последнем примере, возможно потом. Но в словах взрослых непременно должна звучать надежда на то, что ребенок сможет справиться со своими чувствами, а также полная уверенность, что он в силах все преодолеть и перейти к рациональным действиям....