



Вас приветствует Герасимова Н.А. воспитатель группы  
«Искатели»

Ноябрь 2024г.

Уважаемые родители!

**Детские истерики: как реагировать и как бороться?**



Наверное, нет таких родителей, которые бы не столкнулись с проблемой детских истерик. Сегодня я предлагаю нам разобраться в причине их появления и нашей реакции на них. Многие дети, даже очень спокойные, могут устроить взрослым истерику. У детей дошкольного возраста истерика обычно возникает из-за запрета взрослого или невозможности получить то, что он хочет. Проявляя истерику, ребенок кричит, топает ногами, плачет, может, даже кусаться и кататься по полу размахивая руками и ногами, иногда причиняет вред своему здоровью.

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 ребенка. Главное не поддаваться и понять, для чего ребенку нужна истерика!



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

1. Почему ребенок устраивает истерику? Истерическое состояние для ребенка это состояние стресса. Такое же, как и у его родителей во время его истерики. И это, не потому что ребенку нравится так себя вести, и уж точно не назло родителям. Своим поведением ребенок 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? Если вы, все-таки упустили этот момент и ваш ребенок уже «пользуется» Вами, запаситесь терпением и научитесь правильно себя вести с ребенком во время его истерик. Что же вы должны сделать, чтобы истерика больше не повторялась?

- помните о причинах первых истерик и постарайтесь предугадать капризы своего ребенка. Согласна, сделать это не просто, но если ребенок каждый раз видя ваш телефон (другой предмет) требует его со слезами...во избежание истерик просто уберите его из зоны видимости ребенка.

- 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 ребенка на что-то другое. Постарайтесь успокоить ребенка, обнимите, поцелуйте и т. д.

- говорите с ребенком присев на колени, что бы он чувствовал, что вы с ним на одном уровне. Не ругайте его и, не 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 ребенком до тех пор, пока он не успокоится, демонстративно не реагируя на его

поведение, чтобы он не делал. Физическое наказание и крики только усугубят ситуацию. Как только ребенок поймет, что ни кто не реагирует на него, он 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. Если истерика в магазине или в другом людном месте, то нужно постараться увести его от игрушек, сладостей, от других детей до полного его успокоения – он быстрее поймет, что такое поведение недопустимо. И главное: взрослый сам должен быть спокоен и не возмутим! Однако нельзя оставлять ребенка одного в темной комнате или чулане, чтобы у него не появились различные фобии. Оставайтесь с ребенком, 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. Ребенок должен понять, что его поведение бесполезно, а капризы и истерики ни к чему не приведут. 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. Дошкольники 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 ребенка в проявлении своих чувств, взрослые начнут лучше его понимать, а ребенок 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 ребенка от подобных манипуляций, чем трепать потом нервы себе и ребенку. Удачи вам в воспитании ваших детей и терпения!