

Консультация для родителей: «Как бороться с детскими истериками и капризами?»



Что может привести родителей в ярость и смущение одновременно? Конечно же детская истерика, закатанная на виду у всех. Рано или поздно каждый из нас сталкивается с этой неприятной ситуацией. Больше всего истерик приходится на возраст от 1.5 до 3 лет. Как раз в этот период дети всячески демонстрируют свою самостоятельность. В этом возрасте им еще трудно справиться со своими эмоциями. Возможно, ребенок чувствует себя жертвой обстоятельств, которые не в силах изменить, либо требует сиюминутного выполнения своих желаний только потому, что не может ждать, и слово “потом” для

него не существует. Однако, даже если родители объясняют ребенку, почему они не могут удовлетворить его желание, подобные объяснения зачастую абсолютно бесполезны: ребенок расстраивается и устраивает истерику. Ребенок понимает, что истерика - это самый быстрый способ добиться желаемого или, по крайней мере, привлечь к себе внимание. А если не выдержать и уступить? О, тогда он мгновенно поймет, что добился своего и станет прибегать к этому средству снова и снова. Детские истерики – это этап развития и становления личности. Да, именно так считают психологи. Это нормальная стадия развития ребенка. Крик – это основной способ самовыражения младенца. По-другому он просто не умеет. Малыш, который еще не умеет говорить, также выражает свои эмоции криком. Ребенок растет, потребности тоже, и удовлетворение их кажется ему делом первостепенной важности. И ускорить выполнение своих желаний он пытается самым легким и проверенным способом – криком. А что делать родителям? Ждать, когда перерастет? Но этот период может затянуться надолго, если малыша не учить справляться со своими эмоциями и выражать их другим способом. 5 главных принципов борьбы с детской истерикой. Если уже приняли решение избавляться от истерик и всеми силами не допускать их, но нужно придерживаться уже выбранной линии и свое решение не менять. Итак, что может помочь? Предугадывать истерику и вовремя переключать внимание ребенка. Лучше, конечно, дело до истерики не доводить. То есть вовремя замечать момент, когда обычный протест может перейти в сцену с криками и плачем. Если видите, что малыш недоволен, начинает расстраиваться и раздражаться, хныкать и капризничать, переключите его внимание на что-нибудь другое: «Ой, смотри, какая машина поехала!», «А давай покатаемся на качелях!», «Хочешь помочь мне на кухне?» Прием отлично срабатывает на детях до трех лет. Но тут очень важно уловить момент до начала развития истерики! Можно еще погрустить с малышом в унисон: обнимите его, погладьте по спинке, скажите, что вы тоже расстроились. Малыш почувствует, что вы его понимаете, что вы рядом с ним, и постепенно успокоится. Всем своим видом выказывать неодобрение такому поведению малыша. Как только у ребенка начинается истерика – прекращайте с ним общаться и выходите в другую комнату. Не уговаривайте, не кричите, не объясняйте, не пытайтесь приводить разумные доводы: это бесполезно.

Во-первых, он так громко кричит, что Вас просто не слышит, а во-вторых, дайте ему понять, что такое поведение Вам не нравится и терпеть его Вы не намерены. Лишившись зрителя, ребенок еще некоторое время может экспериментировать с силой звука, длительностью и интенсивностью сцены, но вскоре ему станет неинтересно, и он придет к Вам мириться. Придумайте примирительный стишок: зацепите ваши мизинцы друг за друга и скажите: «Мир и дружба навсегда – мы не плачем никогда!» НО! Иногда бывает так, что малыш не может сам выйти из второй фазы истерики – непрекращающихся рыданий. В этом случае обязательно нужно вмешаться и помочь малышу успокоиться. Если истерики регулярно повторяются, изолируйте малыша на это время. Если выйти из комнаты нет возможности или малыш кричит так громко, что вот-вот разбудит или напугает младшего, лучше изолировать нарушителя спокойствия и отвести его в «специальное место», где крикун может вдоволь покататься по полу и покричать в свое удовольствие. Желательно, чтоб в месте изоляции не было игрушек, телевизора или еще чего-то интересного для малыша. Сообщите ему, что он может выйти, когда успокоится. Но главное при этом и самой сохранять спокойствие. Именно ваше спокойствие помогает ребенку вернуться в нормальное состояние. Нужно учить ребенка выражать свое недовольство другим способом. После окончания очередной истерики нужно поговорить с малышом на эту тему. Может, он кричит, потому что не знает, как можно выразить свой гнев другим способом. Объясните ребенку снова и снова, что все люди могут злиться и раздражаться. Скажите ему, что свое недовольство можно выразить словами, например: «Ух, как я зол!» Может, вашему малышу поможет выражение эмоций действием: побить подушку, попрыгать, порвать старую газету. Обязательно хвалите его за цивилизованный способ выражения недовольства. Если малыш устроил истерику, всегда и везде ведите себя одинаково. Дети любят проверять родителей на людях: на улице, на детской площадке, в магазине. А вдруг тут сработает тактика, которую пресекают дома? Тут важно придерживаться одной линии поведения всякий раз, как у малыша случается истерика. Ребенок должен понять, что ваша реакция не изменится, не смотря ни на что. Если малыш закатил истерику в общественном месте, уведите его из места скопления народа, по возможности найдите уединенное место и побудьте с ним там, пока не успокоится. Наверняка найдется множество «доброжелателей», которые будут бросать на вас укоризненные взгляды, а то и присоветуют что-нибудь. Особо навязчивых можете спросить, сколько идеальных детей они воспитали? Если истерики происходят, когда малыш с бабушкой или няней, согласуйте с ними план действий. Все в такой ситуации должны вести себя одинаково и не идти на поводу у ребенка. Кстати, задумайтесь, как вы ведете себя, когда злитесь. Если вы гремите посудой, кричите на оппонента и хлопаете дверью, подумайте, понравится ли вам тот же номер в исполнении собственного ребенка!