У РЕБЕНКА ИСТЕРИКА

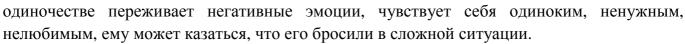
Каждый родитель хотя бы раз сталкивался с истериками ребенка. Что делать? Как вести себя? Можно выделить четыре самых распространенных способа реагирования на

детские истерики: 1) не замечать; 2) стыдить ребенка; 3) отвлечь; 4) быть с ребенком, говорить «об этом».

Не замечать истерику.

Многие родители считают, что нет ничего страшного в том, что капризничая, ребенок некоторое время покричит, поплачет или даже поваляется на земле. Они хотят, чтобы он (она) сам учился справлять со своими эмоциями.

Однако помните, что в это время ребенок испытывает негативные эмоции. И если взрослый в той или иной степени может регулировать свои эмоциональные состояния, то для ребенка это практически невозможно. Ребенок, который в



Стыдить ребенка.

Допустим, ребенок упал. Ему больно. Он плачет и бежит к маме. Но мама не утешает, а говорит: «Не плачь, ты же мальчик, будущий мужчина. Как не стыдно плакать». Ребенку будет обидно уже не столько от боли, сколько от маминых слов. Этот вариант довольно жесток.

Если ребенок плачет, потому что вы что-то ему не купили, не стоит создавать еще более напряженную ситуацию, усугубляя эмоциональное состояние словами: «И не стыдно реветь? Такая (такой) большая, а ревешь как малявка. Ну реви, реви еще. Интересно, если долго рыдать, то появится у тебя то, что ты просишь?».

Отвлечь.

Дети очень быстро переключают внимание с плохого на хорошее и обратно. Поэтому если вы покажете малышу что-то интересное, покружитесь, посмотрите в окно или сделаете что-то еще, что отвлечет малыша, то от истерики не останется и следа. Важно делать то, что интересно ребенку.

Быть вместе с ребенком, говорить.

Вы можете спросить ребенка о том, что он хочет, чем вы можете ему помочь. Вы можете рассказать ребенку историю о том, как вы сами были в схожей ситуации. Рассказать, что вам тоже было очень грустно, обидно.

Например: «Знаешь, сынок, мне тоже было бы обидно, если бы я не получила конфеты. Я очень люблю конфеты. Папа заботится о нас. Он не хочет, чтобы мы болели. А ты же знаешь, что если не мыть руки, то можно заболеть. Мне тоже очень хочется попробовать конфет. Давай пойдем и вместе вымоем руки».