

Как справиться с детской истерикой.

Все дети капризничают и плачут, в том числе и особый ребенок. При этом они ведут себя по-разному: одни плачут тихо, безнадежно, другие – искусственно, неискренне, третьи – вызывающее, назло, истерично.

Зачастую детская истерика – это способ влияния на окружающих. Ребенок может кричать, топтать ногами, валяться по полу – словом, всячески привлекать к себе внимание, но эти слезы неискренние, они предназначаются публике.

Такое демонстративное поведение часто происходит при большом скоплении людей, и можно заметить, что ребенок сквозь слезы и крик следит за вашей реакцией и реакцией окружающих людей.

Порой истерика бывает способом не только получить желаемое, но и отомстить родителю, поставить его в неловкое положение.

Реакция родителей не может быть однозначной, и реагировать на детскую истерику можно по-разному. Однако нельзя оставлять ее без внимания.

- ❖ Не относитесь к слезам ребенка безразлично, даже если внешне приходится соблюдать невозмутимое спокойствие.
Дети с нарушениями в развитии часто впадают в истерику от беспомощности, отчаяния, невозможности справиться с каким-то действием.
- ❖ **ПОМНИТЕ:** если ребенок часто плачет, капризничает, раздражен – это сигнал неблагополучия в его отношениях с взрослыми в какой-то значимой для него сфере.
- ❖ Постарайтесь проанализировать собственную линию поведения, понять, почему ребенок так себя ведет, не торопитесь бездумно наказывать, одергивать малыша, переключать его внимание на что-нибудь другое, разберитесь в создавшейся ситуации.
- ❖ **ПОМНИТЕ:** причинами детской истерики могут стать:
 - отказ взрослых выполнить желание ребенка;
 - чрезмерные или противоречивые требования взрослых;
 - усталость или нервное перевозбуждение;
 - подражание другим детям;
 - эмоциональное переутомление;
 - многочасовое сидение у экрана телевизора, особенно если малыш смотрит передачи и фильмы для взрослых;
 - увлечение компьютерными играми;
 - чувство одиночества.
- ❖ Обязательно постарайтесь понять причину истерики ребенка.

- ❖ Больше общайтесь со своим малышом. Возможно, ему не хватает вашего внимания, и он таким способом стремится завоевать его.
- ❖ Чтобы понимать своего ребенка и избежать его истерик, чаще беседуйте с ним о его настроении, интересах и обязанностях.
- ❖ Удовлетворите естественные потребности ребенка, если он устал, хочет спать или голоден, и истерика пройдет.
- ❖ Проанализируйте свое поведение, если ребенок часто впадает в истерику; возможно, он перенимает какие-то черты вашего характера, например эмоциональную несдержанность.
- ❖ Сохраняйте спокойствие, если истерики избежать не удалось, помните, что даже самые замечательные родители оказываются в таких ситуациях.
- ❖ Не смущайтесь, что на вас обращают внимание посторонние люди: они сами не раз попадали в такую ситуацию.
- ❖ В момент, когда «грянула буря», не корите себя, не обвиняйте ребенка, постарайтесь успокоить его, оставьте малыша одного. Если это невозможно, покиньте помещение сами – уйдите в другую комнату.
- ❖ Если ребенок манипулирует вами (возможно, он привык таким образом добиваться всего, чего хочет), покажите ему, что вы не одобряете его действий.
- ❖ Возьмите ребенка на руки, крепко прижмите к себе и спокойным голосом повторяйте одну и ту же фразу. Например: «Успокойся, все будет хорошо» или «Я знаю, как это обидно...».
- ❖ Дождитесь момента, когда ребенок набирает воздух для нового крика, и начните рассказывать какую-нибудь захватывающую историю.

После того как ребенок успокоится, займите его интересным делом, переключите его внимание на что-нибудь другое, постарайтесь определить и устранить причину детской истерики.

