

Памятка для родителей. Причины детских истерик и способы их устранения

С малых лет дети заинтересованы в привлечении внимания взрослых для удовлетворения собственных потребностей. Неправильная реакция на ребенка в это время приводит к огромным трудностям в будущих отношениях с ним. Малыши довольно быстро овладевают умением манипулирования путем истерики. Устраивать подобное они учатся уже к трем годам, принимают практику усвоенные знания, пускают в ход манипулирование, добиваясь при этом своих целей.

Истерика – это требование ребенком внимания, сочувствия к себе. В «лечении» ребенка от истерик не стоит ждать быстрых результатов, так как ему нужно время, чтобы перестроить свои эмоции.

Поведение родителей на детские истерики должно быть следующим:

1. Реакция на истерику ребенка должна быть здоровой и адекватной.
2. Ни в коем случае не стоит кричать на него, плакать вместе с ним.
3. Правильный выход – безэмоциональная интонация в голосе, смотреть глаза в глаза и говорить не останавливаясь, объясняя, почему невозможно выполнить то, что ребенок истерично просит.
4. Если хоть один раз уступить ребенку в истерике, и он добьется желаемого, то будет пользоваться этим постоянно. Родителям стоит предостерегаться задабриваний во время истерик.
5. Не говорить ребенку «нет» поспешно. Если сразу категорически отказать малышу – может привести к мгновенному плачу, крику. Стоит лучше наоборот показывать ребенку, что хотели бы ему помочь, но, к сожалению, невозможно по таким-то причинам.

При использовании методики освоения навыков для решения таких проблем нужно, чтобы ребенок овладел определенными умениями, необходимыми для того, чтобы научиться справляться с истериками. Задача родителей состоит как раз в научении ребенка избавляться от эмоций, переключаться на других, не направлять эмоции внутрь себя. Надо научить малыша ощутить эмоции по отношению к другим людям, растениям, животным, чтобы истерики преобразовались в сочувствие.

К примеру, девочке можно купить любимый цветок, рассказать, что он живой, все чувствует, что нужно для его роста и здоровья, а также поручить ухаживать за ним. Имитировать процесс помощи, лечения цветка: проводить операции, устранять сухие листочки, давать ему лекарства – поливать подкормками и прочими витаминами для растений.

То же самое можно проводить в форме игры с животными, которого ребенок возможно давно хотел завести, а родители не позволяли. Если же заболел кто-то из родителей, непременно подключаем ребенка к уходу, учим заботиться (принести таблетки, приготовить чай и прочее).

Подходящим моментом может оказаться момент агрессии ребенка по отношению к игрушкам. Обыграть ситуацию так, чтобы ребенок осознал свой поступок, объяснить, что он причинил боль игрушке, предложить ему побыть в роли Айболита. Дети, подвластные истеричным состояниям, довольно часто артистичны. Организовывая какую-то игру они способны подражать героям из мультиков, имитировать их голос, поведение, жесты, мимику. Именно посредством таких игр дети тренируют собственные чувства, вживаются в роль, что может помочь ощущать состояние других детей. Так что хорошим инструментом в воспитании эмоций и чувств является театральная игра.

Данные игры нужно вводить в жизнь ребенка с раннего возраста, демонстрируя на своем примере. Например, читая с ребенком стихотворения стараться произносить с эмоциями, имитируя героев. Дети обязательно начнут повторять, так как у них преобладает наглядно-действенное мышление. Это могут быть пальчиковый театр, спектакль, разыгрывание сказки на утреннике, представление стихотворения с интересным сюжетом (желательно, чтобы в нем было несколько действующих лиц).

Обобщая, можно сказать, что в первую очередь родители подают пример своим детям. Старшие сами должны быть сдержанными, умело управлять своими эмоциями, тогда и ребенок будет спокоен, уравновешен. Во-вторых, родителям следует обучить детей справляться с истерикой самостоятельно, иначе в будущем у них будут проблемы со здоровьем, в общении с окружающими.