

Что делать при истерике у ребенка?

Тактика родителей при истерике должна отличаться в зависимости от возраста ребенка, поскольку на разных этапах 🕻 развития малыш испытывает разные потребности и желания. Ho, вместе с этим, существуют определенные принципы, которые помогают успокоить ребенка при истерике, независимо от его возраста.

Принцип первый — оставайтесь спокойным

Ребенок может привлечь внимание родителей только своим поведением. Истерика — одна из таких попыток добиться своего. Если малыш почувствует, что родители реагируют на его выходки, то риск повторной истерики существенно повысится. Если вы стали свидетелем такого поведения — не теряйте самообладание. В некоторых случаях это может быть очень трудно, особенно когда истерика случается в людном месте или ребенок заходится в плаче до остановки дыхания. Но только безразличие является правильным путем в борьбе с детскими истериками.

Принцип второй — оставайтесь взрослым

Никогда не переходите на язык ребенка и не вступайте с ним в дискуссию. Единожды поддавшись на его уговоры, вы заметите, что в следующий раз он будет манипулировать вами с гораздо большей уверенностью в положительном для него результате. Если ребенок захотел новую игрушку, не пытайтесь отговаривать его или предлагать взамен что-то другое. Вы должны четко держаться своей линии, а при первых же проявлениях истерики указать, что игрушка не позволена в первую очередь из-за его плохого поведения.

Если вы боитесь взглядов окружающих или в своем приступе дите приносит дискомфорт окружающим, лучше отвести его в удаленное и безопасное место.

Если ребенок маленький и может невольно причинить себе вред, нужно остаться с ним, пока он полностью не успокоиться!

Принцип третий — отложите разговор

Самое плохое решение при истерике у ребенка — начинать тут же обсуждать возникшую ситуацию. Лучше всего отложить разговор до тех пор, пока малыш или подросток полностью не успокоится и не сможет правильно воспринимать вашу информацию.

В процессе последующего разговора, прежде всего, уточните причину такого поведения. Аргументированно объясните, почему вы не смогли удовлетворить просьбу ребенка, и почему так нельзя поступать. Только не угрожайте малышу наказанием при повторении истерики. Как показываем практика, под риском наказания дети закатывают истерики намного чаще.

Принцип четвертый — избегайте причин

Если вам показалось, что вы выяснили причину такого поведения вашего малыша, вам не нужно сразу же проверять на практике, как он поведет себя при повторном ее появлении. Первое время лучше избегать подобных конфликтных ситуаций. Если ребенок забудет об этом эпизоде, то есть очень много шансов, что истерика больше не повторится.

Принцип пятый — избегайте перенапряжения

Нередко причиной истерики является вовсе не скверный характер малыша, а физическое или, особенно, моральное перенапряжение. Если ребенок устает от большого количества занятий, или его постоянно окружают семейный ссоры, причина истерики — не в ребенке.

Попытайтесь создать вокруг вашего малыша дружелюбную атмосферу, обеспечьте его рациональным питанием, полноценным сном, прогулками на воздухе.



