

Консультация для родителей “Детские истерики”

Каждый ребенок в определенные периоды своей жизни проходит этап истерик и противоречивого поведения. Родители, которые становятся свидетелями детского гнева, испытывают целую гамму чувств: смущение, растерянность, ярость. Психологи советуют папам и мамам успокоиться и принять тот факт, что истерики – неотделимый этап детского взросления. **Детская истерика** – это эмоционально состояние, при котором ребенок не в состоянии контролировать свое поведение. Это демонстративное поведение, выражающее активный протест, собственные страдания и невозможность адекватных реакций. Маленьким детям трудно сдерживать эмоции, сказать словами, что они хотят или чувствуют. Поэтому в минуты гнева, смущения или разочарования и страха дети кричат, плачут, топают ногами и даже бросаются на пол. Такое поведение проявляется у детей от года до пяти лет. У детей до 3-х лет – это капризы и в такой момент достаточно отвлечь, переключить внимание для снятия проблемы. А вот у детей старше 3-х лет могут возникать истерики, как крайняя форма выражения упрямства, своеволия, негативизма, противопоставления себя взрослому. Когда ребенок научится выражать свои чувства, истерики пойдут на спад. Однако такое обучение во многом зависит от родителей и их реагирования на истерическое поведение ребенка. Не удивляйтесь, если у ребенка случаются истерики только в вашем присутствии. Так он испытывает на прочность установленные вами правила и ограничения. Кроме того, дети стараются демонстрировать свои чувства и проверять чувства тех людей, которым они доверяют. **Можно ли предотвратить истерики?** Полностью предотвратить их нельзя, но можно снизить вероятность их возникновения. **Что делать, если ничего не помогло и истерика, все-таки началась?** Отвлеките ребенка, переключив его внимание на что-то другое: новое занятие, игрушку или книгу. Можно внезапно прервать его фразой типа «Ой посмотри, что делает вон та киска». Можно отойти в другое место, отвлекая ребенка фразой «А давай выйдем на улицу и посмотрим на цветочки». Пытайтесь сохранять спокойствие. Крики и гнев только усугубляют ситуацию. Сделайте передышку, дайте ребенку остыть. У детей этот период может продолжаться столько минут, сколько ребенку лет, например для 3-х летнего ребенка 3 минуты. Помочь малышу вовремя избавиться от отрицательных эмоций, освободиться от накопившегося напряжения, предотвратив тем самым истерику, можно с помощью нехитрой **игры «Бумажный салют»**: вам понадобится ненужный журнал с картинками или 2-3 листа цветной бумаги и подходящая коробочка. Предложите малышу порвать журнал на мелкие кусочки, помогите ему в этом. Затем журнальные обрывки помещаются в коробку или подходящую баночку, после чего ребенок устраивает разноцветный бумажный салют, обсыпая себя и маму яркими бумажками. Потом предложите малышу с вашей помощью собрать все бумажки и положить обратно в коробку. После чего залпы бумажного салюта можно повторять до той поры, пока малышу это не надоест.

