

## Консультация для родителей

# Как быстро прекратить детскую истерику

Утихомирить разбушевавшегося малыша, который надрывно кричит и бьется в рыданиях, – задача не из легких. Какими способами удавалось быстрее всего успокоить детей. Вот самые интересные.



Каждый родитель справляется с детскими истериками по-своему: кто-то бежит за любимой игрушкой малыша, кто-то поскорее включает мультики, а кто-то на ходу сочиняет «успокоительную» сказку.

### 1. Не обращать внимания

Можно справиться с истерикой за два раза: только начинает «разгоняться», я просто сажусь и играю в его игрушки, не обращая внимания на крики. Ребенку становится интересно, чем же я занимаюсь, и он забывает про свой «концерт».

### 2. Немного посчитать

На улице истерику прекращала счетом. Вслух, четко считала до трех и уводила на веранду. После пары показательных уводов, на счет «раз» истерика затихала, на счет «два» – прекращалась.

### 3. Придумать забавную историю

Сообщаю, что вместо феи (которую ждем, когда ложимся спать, и с которой уходим в страну снов, где фея дарит нам крылышки) придет нехочуха, грязная, сопливая. Тут малыш сначала хохочет, а потом спрашивает, прогонит ли ее фея, если она будет вести себя хорошо. Дальше

придумываем на ходу.

#### **4. Рассмешить ребенка**

Скандалы и капризы лечу так: делаю серьезное лицо и заявляю: «Ты не наша девочка, моя малышка веселая, добрая и послушная. А ты рева-корова, ну-ка уходи и верни мне мою веселую девочку!» Ребенок понимает, что воспитатель так шутит, и начинает счастливо хохотать. Ну, и еще у нас есть «кнопка включения улыбки» на пузике, если ребенок расстроен.

#### **5. Переключить внимание малыша на что-то другое**

Присесть самой или приподнять ребенка – смысл в том, чтобы глаза на одном уровне были – и переключить внимание. Последний раз так 3-летний мальчик у меня несуществующую соринку в глазу искал. Ох, и больно было тете Оле! Он даже забыл, что мама ушла из детского сада и оставила его в группе.

#### **6. Удивить ребенка**

Я часто малышам какую-нибудь детскую песенку голосочком тоненьким как затяну! Они посмотрят на меня с великим удивлением (типа, у меня огорчение, а она песенки поет). Отвлекались с успехом!

#### **7. Оставить малыша поплакать в одиночестве**

При первой попытке истерикой чего-то добиться, я отвожу ребенка в другую комнату и говорю: «Когда успокоишься – придешь, поговорим на эту тему». Дверь закрываю (сколько лет, столько и минут! Так рекомендуют детские психологи). Там они немного порыдают, потом успокаиваются (без зрителей - какие рыдания?) и забывают, о чем расстраивались и что требовали. Но если истерика не проходит длительное время, обязательно советую родителям обратиться с ребёнком к детскому психологу или к невропатологу.

#### **8. Умыть ребенка холодной водой**

Многим помогает только умывание прохладной водой, после умывания пара всхлипов и – все спокойно.

#### **9. Разобраться в причинах истерики**

Понять причину истерики: ребенок может быть уставшим – положить спать, может быть голоден – накормить. Иные причины – игнорирование. Кроме того, одни и те же действия должны повторяться (режим дня). Тогда истерик будет меньше. Не должно быть такого: сегодня разрешаем, завтра запрещаем. Ребенок так не понимает. Ему самому рамки нужны и одинаковые требования родителей, а также бабушек и дедушек.

#### **10. Проговорить проблему**

Стараюсь проговорить любую проблему: «Ты плачешь потому, что тебе больно или обидно? Где больно? Давай поглажу, подую, поцелую. Уже легче? Вот и замечательно». «Тебе обидно? А что/кто тебя обидело/обидел? Что мы можем сделать?».

### **11. Не допускать до истерики**

Самое главное – не провоцировать. Знаете, что ребенок не будет делать то, что вам надо, – не настаивайте, если, конечно, это не вопрос жизни и смерти. Ещё важно быть спокойной, не показывать ребёнку своё волнение, потому что вдвоем остановиться еще сложнее.

Благодарю за внимание!