Автор: admin
08.02.2011 16:26 - Обновлено 29.10.2014 09:30

Как бороться с детской истерикой?

Каждый из родителей когда-либо обязательно сталкивался с этим, не самым приятным моментом из жизни ребенка – истерикой. Губы задрожали, на глазах появились слезы, раздался истошный вопль. И затем несколько минут (а иногда и дольше) – все на одной и той же высокой ноте. Такое может вывести из себя не только ласковую и любящую маму, но и вечно невозмутимого и спокойного папу. А если истерика случилась в людном месте (кафе, магазин, игровая площадка), то эффект увеличивается многократно. Но давайте не будем выходить из себя, а вместо этого попробуем разобраться сначала в причинах такого поведения ребенка.

Во-первых, ребенок в большинстве случаев не хочет и не умеет ждать. Все желания, которые у него появились, ему хочется реализовать немедленно. А очень часто это невозможно. И мы с вами это понимаем. А вот ребенок – нет. Он понимает только то, что решением родителей его желания остались невыполненными. Причем с ребенком в возрасте 2 – 4 года прием с объяснением причин обычно не проходит. Наши объяснения не могут заменить для него желаемого.

Во-вторых, ребенок не всегда может сформулировать то, что ему хочется. Это особенно характерно для детей двух-трех лет. Конечно, если ребенку хочется сок или конфету, то проблем не возникает. Но часто потребности ребенка могут опережать его разговорные способности. В итоге родители банально не понимают, чего хочет их чадо, зато чадо понимает, что ему вновь отказали. И вновь истерика.

Ситуаций, в которых начинается истерика может быть очень и очень много, но суть все время остается одной и той же – желания ребенка не были выполнены. Так что же делать? Бросаться выполнять все мыслимые и немыслимые желания ребенка? Несерьезно. Даже в том случае, если у вас есть возможность выполнить все его прихоти, не стоит этого делать под давлением истерики. Ребенок очень быстро поймет, что это хороший способ управления родителями, и тогда вам придется выдерживать такие бурные проявления новых желаний еще очень и очень долго.

Неплохо было бы научиться предотвращать истерики. В некоторых случаях это невозможно, но иногда все же удается. "Состояниями риска" для ребенка в этой ситуации являются перевозбуждение или переутомление. К вам приходило много гостей? Вы выбрались на многолюдное шоу? Или просто катались по реке на катере?

Вероятность того, что случится истерика, в этом случае возрастает. Как смягчить ситуацию? Пусть ребенок послушает спокойную сказку или посмотрит красивый, с не очень динамичным сюжетом, мультфильм. Можно просто посидеть и пообщаться с ребенком, поиграть в спокойную, медленную игру.

Еще одна ситуация, когда истерика очень вероятна – у ребенка не получается какое-нибудь сложное для его способностей действие. Например, не стыкуются между собой панельки конструктора, рассыпается построенная из кубиков башня, не надевается платье на куклу. Здесь ребенку нужно осторожно и ненавязчиво помочь. Именно помочь – делать что-либо за него не нужно. Не подрывайте веру ребенка в собственные силы. Никогда не забывайте о том, что ребенок – это уже личность, хотя еще не сформировавшаяся полностью.

Теперь, когда мы немного разобрались в причинах такого поведения ребенка, перейдем к тому, как же бороться с детской истерикой. Сразу скажу, что нельзя ни в коем случае кричать на ребенка или наказывать его. Этим его можно только озлобить. Самый простой и действенный способ – это игнорировать истерику полностью. Ребенку обязательно нужен зритель и слушатель. И, как любому актеру, крайне важна реакция этого зрителя. А если реакции не следует никакой, то со временем истерики будут происходить все реже и реже. Не следует ожидать, что это произойдет быстро. Наоборот, первое время ребенок будет удваивать старания. Именно на этом этапе важно не поддаваться на провокации, сохранять самообладание. И тогда вы увидите, что истерика постепенно перестает быть для вашего ребенка инструментом воздействия на вас.

Автор - Андрей Мороз
Источник