

Как реагировать на истерики ребенка и как с ними бороться

Ваше любимое чадо часто закатывает истерики и скандалы? Большинство взрослых теряется в таких ситуациях, особенно если неприятная сцена происходит на людях. Поскольку истерики имеют различную природу (причины), очень важно в них разобраться. Это поможет принять правильное решение – что делать, если ребенок закатывает истерики.

Сам термин «истерия» в современной медицине считается устаревшим. Специалисты, к которым приходят за помощью пациенты разного возраста, называют такое состояние неврозом или расстройством конверсии.

Такое состояние нередко наблюдается и у детей различного возраста. Взрослым важно понять, является ли поведение ребенка преднамеренным (манипуляция с целью получить желаемое), или же это неконтролируемая подсознательная детская реакция на раздражитель.

Почему у ребёнка истерика?

Чтобы разобраться в особенностях разных истерик, эксперты нейропсихиатрии предлагают рассматривать человеческий мозг как двухэтажный дом.

- «Нижний этаж» мозга отвечает за основные (базовые) функции организма, основные реакции и импульсы.
- «Верхний этаж» отвечает за более сложные психические и аналитические процессы, включая мышление, воображение, контроль эмоций и др.

«Верхний этаж»	«Нижний этаж»
<p>Ситуация. Если ребенок закатывает истерику осознанно (произвольно), например, чтобы получить прямо сейчас и здесь вон ту машинку или вон то пирожное, за такое некрасивое поведение отвечает более развитый «верхний» мозг. Задача малыша – заставить родителей выполнить действие, которое он хочет.</p>	<p>Ситуация. Ребенок неожиданно рассердился, обиделся, расплакался из-за какого-то обычного действия: ему не понравилась еда, которую поставили перед ним (он разбрасывает ее и кричит), у него забрали игрушку или не играют с ним, его напугала пробежавшая рядом собака и т.д.</p>
<p>Что происходит? При подобных истериках ребенок контролирует ситуацию (по крайней мере, на начальном этапе) и может (готов) прекратить ее сразу, как только получит желаемое.</p>	<p>Что происходит? В таких случаях истерическая реакция развивается на уровне «нижнего» мозга. Ребенок не контролирует ситуацию, он «вышел из себя», не может использовать возможности всего своего мозга и</p>

	<p>поэтому не в состоянии самостоятельно успокоиться. В подобных ситуациях малыш может даже поранить себя и окружающих. Вот в таких случаях и говорят про расстройство конверсии.</p>
<p>Что делать? Взрослым надо моментально пресекать подобные манипуляции, иначе «террористические атаки» будут повторяться. Психологи советуют сразу же показать ребенку, что такое поведение совершенно неприемлемо. Родителем нужно собрать волю в кулак, проигнорировать истошные крики и постараться как можно спокойнее объяснить с отпрыском. Разговор может вестись примерно в таком русле: «Ты ведешь себя некрасиво и очень огорчаешь меня. Мы сегодня не сможем купить тебе эту игрушку. А из-за того, что ты не умеешь себя вести, мне придется тебя наказать. Сегодня ты не будешь смотреть мультики». Обязательно выполните свое обещание.</p>	<p>Что делать? Взрослым нужно сохранять хладнокровие, а по отношению к детям действовать мягко и ласково. Обнимите ребенка, даже если он упирается и дерется. Прижмите кроху к себе и постарайтесь успокоить. Спокойно разговаривайте с малышом, утешайте его, постарайтесь отвлечь от произошедшего. Если есть такая возможность, уйдите с «места происшествия». Уже после того, как ребенок успокоится, постарайтесь выяснить причину его истерики. «Тебя что-то напугало? Тебе было больно? Я что-то сделал не так?». Наводящие вопросы помогут определить источник проблемы.</p>

Причины истерик у маленьких детей

Что же приводит к истерическим проявлениям? Рассмотрим несколько наиболее распространенных причин капризов и неконтролируемых приступов истерик у маленьких детей.

Причин осознанных детских капризов не так много. В большинстве случаев виноваты сами взрослые, бесконечно балующие свое чадо. Если ваш малыш привык получать все, что ему вздумается, то истерика в магазине – вполне ожидаемая модель поведения.

Испытывать на прочность родительские нервы дети своими капризами могут и по плохому примеру. Иногда спектакль на публике устраивает спокойный и послушный малыш, который где-то увидел, как другой ребенок так вынудил маму с папой купить очередную игрушку (почему бы самому не попробовать, а вдруг получится?)

Что касается неосознанных истерик, спровоцированных реакцией «нижнего» мозга, то их причины более серьезные и разнообразны. Выяснить их помогут беседы с малышом, а если кроха еще не способен выражаться вербально, стоит показаться психологу, который сможет разобраться с детскими эмоциями при помощи специальных тестов.

Практика показывает, что произвольные истерические невроты могут быть связаны:

- *С эмоциональными перегрузками.* Даже взрослый человек, переживший стресс или другие эмоциональные встряски, долго не может войти в колею, что уж говорить о детях с их неустоявшейся психикой. Вызвать потрясение могут громкая ссора родителей, конфликт с другими детьми и даже сильные приятные эмоции – первый поход в цирк, яркий салют и другие подобные мероприятия. Нередко истерическая реакция появляется в момент, когда ребенок только начинает ходить в детсад, – для него это серьезное событие, кардинальное изменение в его жизни.
- *С возрастным кризисом.* С 1,5 и до 4 лет идет стремительное взросление маленького человечка (считается, что пик кризиса приходится на 3 года). В этот период кроха пытается стать самостоятельным, он активно познает мир, и этот процесс сопровождается такими характерными проявлениями, как негативизм, упрямство, своеволие. Истерики в людных местах могут быть одним из видов манифестации, к чему стоит быть готовыми. Поэтому, спросив у психолога, что делать, если трехлетний ребенок закатывает истерики, будьте готовы к тому, что врач посоветует набраться терпения.
- *С чрезмерными умственными нагрузками.* Родители, планирующие вырастить вундеркинда, должны понимать: постоянные интеллектуальные занятия при недостаточном отдыхе и отсутствии обычных детских развлечений приводят к нарушениям психики. И одним из них могут стать истерики.
- *С физическими неудобствами (биологические факторы).* Одиночные приступы могут быть вызваны какими-то неудобствами. Например, ребенку жарко или холодно, он хочет кушать, пить или в туалет, ему некомфортно в одежде или обуви, он устал или не выспался. Все это также может спровоцировать истерику, которая покажется вам капризом, но на самом деле у нее есть объективная причина, не зависящая от малыша.
- *С фобиями.* Истерический припадок может быть естественной реакцией на какого-то человека, событие или вещь, которые для малыша связаны с чем-то неприятным, пугающим. Например, ребенок не любит какого-то взрослого (возможно, он его чем-то обидел), поэтому, когда этот человек приходит, малыш начинает капризничать. Аналогичная ситуация возникает, если ребенка когда-то укусила или просто напугала собака, и теперь каждый раз, встречая животное, он начинает плакать. Чтобы

ответить, как успокоить ребенка во время истерики в таких случаях, нужно определить объект фобии.

- *С депрессивными проявлениями.* Неврозы могут быть симптомом психосоматического нарушения или психического расстройства, например, депрессии. Конечно, помимо истеричных приступов, внимательные родители заметят и другие подозрительные проявления: постоянную подавленность, повышенную плаксивость, плохой сон и аппетит. В подобных случаях обращение к специалистам обязательно, поскольку депрессия (достаточно высокий риск ее развития у гиперактивных детей) – сложное и опасное состояние, требующее профессионального наблюдения и лечения.

Чтобы справиться с истериками (расстройствами конверсии), может понадобиться не только психологическая, но и фармакологическая терапия. Для каждого малыша составляется индивидуальный коррекционный курс с учетом возраста и состояния.

МАДОУ" ДС № 1 " Сказка"

«Консультация для родителей»

Выполнила : Апресян Е.М.



