

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«Истерики у ребёнка
в 4-5 лет»



Для истерик у детей характерны невероятная яркость, гротескность, своего рода "игра на публику", зависимость от внешних обстоятельств и наличия зрителей. Детская истерика обычно сопровождается малыми припадками: громогласный плач, крики, битье головой о стену или пол, расцарапывание лица. В тяжелых случаях (большие припадки) происходят непроизвольные судороги, а также так называемый "истерический мост", при котором ребенок выгибается дугой. Характерной особенностью детских истерик является то, что они возникают в ответ на обиду или неприятное известие, усиливаются при повышенном внимании окружающих и могут быстро прекратиться после того, как это внимание иссякнет.

Каприз (фр. - прихоть, причуда) - стремление детей добиваться чего-то запретного, недостижимого или невозможного в данный момент. Капризы обычно бывают беспричинны, почти всегда сопровождаются плачем, криком, топанием ног, разбрасыванием первых подвернувшихся под руку предметов. Подчас капризы ребенка нелепы и совершенно невыполнимы. Например, вдруг хочется молока, которого в доме нет, или он хочет ехать именно на грузовом лифте, а пришел пассажирский, или идти в детский сад с мамой, а его
ведет
бабушка.

. Если капризы и истерики у детей постоянны, это может быть следствием заболевания нервной системы, и ребенка стоит показать врачу-невропатологу. Если же со здоровьем все в порядке, и, если капризы или истерики при одном из родителей ребенок себе не позволяет, то корень проблемы стоит искать в семейных отношениях, а именно, в реакциях родителей на поведение ребенка. Капризы могут возникнуть в ответ на слишком потакающие действия взрослых, на их противоречивые требования или на чрезмерно строгие меры, которые применяются к малышу. Регулярные детские истерики и капризы ведут к психогенным изменениям характера, расшатывают нормальную психику, порождают стойкие психопатические наклонности. Такому типу поведения соответствует следующая клиническая картина - нетерпеливость, нетерпимость к мнению окружающих, требовательность, подозрительность, обидчивость, мстительность, гневливость, неадекватность эмоциональных реакций. Детские истерики и капризы почти всегда являются следствием неправильного поведения родителей. Если ребенку все разрешают, выполняют все его требования, "только бы он не расстроился", то последствия такого воспитания - капризность, избалованность и вседозволенность.

Как предотвратить приступы истерики у детей.

Научитесь предупреждать вспышки (дети истерят, когда они устали, проголодались или чувствуют, что их торопят. Постарайтесь предвидеть такие моменты: не отправляйтесь в магазин за покупками, когда ваш ребенок проголодался. Собираясь в сад, дайте достаточно времени, чтобы ребенок оделся).

Переключайте детей на действия (если ваш ребенок кричит и плачет, попросите подойти к вам, дайте ему что-нибудь в руки, вместо того, чтобы требовать прекратить крик. В первом случае он более охотно выполнит просьбу.).

Назовите ребенку его эмоциональное состояние (ребенок может оказаться неспособным выразить словами (или просто осознать) свое чувство ярости. Чтобы помочь ему контролировать свои эмоции, вам следует присвоить им определенное название, например: "Может быть ты сердисься потому, что не получил пирожного". Дайте ему четко понять, что, несмотря на чувства, есть определенные пределы его поведению. Скажите ему: "Хотя ты и рассердился, нельзя кричать в магазине". Это поможет ребенку понять, что есть ситуации, в которых такое поведение не допускается.). Скажите ребенку правду относительно последствий (объясните все очень просто: "Ты ведешь себя плохо, и мы не позволим этого. Если ты будешь продолжать, тебе придется уйти к себе в комнату".)

Если истерика все-таки началась

Прежде всего, нужно взять себя в руки и постараться не раздражаться. Не стоит в момент разыгравшихся страстей пускаться в длинные объяснения, пытаться достучаться до сознания и совести малыша. Наиболее гуманный способ - **отвлечь малыша**. Как только начнется истерика, резко переключите его внимание на что-нибудь загадочное. Например, он кричит, падает на пол, а вы спокойно открываете шкаф и видите там... удивительную вещь (коробку). И начинайте увлеченно рассказывать необыкновенную историю, изучать эту коробку. Ребенок, заинтересуется и притихнет. Однако, этот прием требует большой фантазии и настроения. Главное - своим поведением игнорировать истерику ребенка. Если уж дело дошло до того, что он улегся на тротуаре у витрины, колотит ногами, и кричит во все горло: "Хочу!", - то твердо и простыми словами объясните ребенку, почему вы не будете выполнять его требование. Детские истерики в общественных местах нередко рассчитаны не столько на маму (или близкого взрослого), сколько на посторонних. Если вы уступите сейчас, отныне каждое совместное посещение магазина превратится в кошмар. Конечно, в каждом конкретном случае приходится поступать по-разному, но постарайтесь не реагировать на "советы" посторонних, по возможности переждите эту вспышку, дождитесь, когда аффект станет вялым, продолжайте свой путь в молчании. Потом, по

прошествии небольшого времени, когда ребенок успокоится, необходимо обсудить происшедшее : "Что сегодня произошло, как надо было попросить". Объясните, что такими поступками он ничего никогда не добьется. Не поддавайтесь на провокации. Как только начинается истерика - встаньте и выйдите из комнаты. Пусть кричит, пусть падает на пол и стучит ногами. Подобное шоу рассчитано на зрителя. Понятно, что это зрелище не для слабонервных и родительское сердце обливается кровью. Поверьте, кричать, когда на тебя никто не обращает внимания, неинтересно. Через некоторое время ребенок успокоится и возобновит общение с вами. Лучше дождаться, пока он сделает это сам, так как некоторые дети ждут обращения к ним взрослого, чтобы начать истерику снова. **Сразу же переключите его на какое-то действие - принести что-нибудь, разобрать коробку с нитками или бусами, позвонить бабушке и т.п...** В большинстве случаев, особенно, если ребенок старше 4-х лет, полезно бывает наказать, например, лишить сладкого или чего-то интересного. Научите ребенка извиняться за свои поступки, и в следующий раз ему легче будет управлять собой. **Но, самое главное - выработайте всем семейством единую линию запретов и поощрений.** Нужно учить ребенка выражать свои желания приемлемым способом, объяснять, что криком получить требуемое невозможно, и своим поведением не закреплять у ребенка подобные манипуляции.