1. Нет зрителей – нет **истерики**

Начавшего **истерику ребенка**, желательно сразу увести в место, где можно изолировать его от взрослых и случайных зрителей. Если **истерика** в магазине или в другом людном месте, то нужно постараться увести его от игрушек, сладостей, от других детей до полного его успокоения – он быстрее поймет, что такое поведение недопустимо. И главное: взрослый сам должен быть спокоен и не возмутим!

1. Реакция взрослых на **истерику** должна быть постоянной Взрослым надо сразу выбрать, как они будут вести себя с ребенком в случае **истерики** и не менять свое поведение. Малыш должен понять, что его поведение бесполезно, а капризы и **истерики** ни к чему не приведут. Бывает, что ребенок, кроме родителей, устраивает **истерики** друг им взрослым – няне, бабушке или воспитателям. В этих случаях нужно заранее договориться, как они должны себя вести при **истерике**, чтобы они не потакали капризам, а помогли вместе исправить поведение ребенка. 6. Научите ребенка выражать свое недовольство.

Взрослые должны помочь ребенку научиться выражать свое состояние словами. Маленькие дети еще плохо управляют своими эмоциями и часто бурно проявляют свое недовольство, если их не понимают взрослые или у них что-то не получается. Став союзниками малыша в проявлении своих чувств, взрослые начнут лучше его понимать, а малыш будет больше им доверять.

Почти все родители сталкиваются с **детскими истериками**, но не все знают, как правильно **реагировать на них**. Постоянство поведения и терпение – главное оружие в борьбе с **истериками**. Лучше сразу отучить малыша от подобных манипуляций, чем трепать потом нервы себе и ребенку.



Удачи вам в воспитании ваших малышей и терпения!

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45 комбинированного вида «Карамелька»

# Детские истерики: как реагировать и

**как бороться?**



Составила: педагог-психолог Осинцева Н.А.

У детей дошкольного возраста **истерика** обычно возникает из-за запрета взрослого или невозможности получить то, что он хочет. Проявляя **истерику**, малыш кричит, топает ногами, плачет, может, даже кусаться и кататься по полу размахивая руками и ногами, иногда причиняет вред своему здоровью.

**Истерика** – это очень эффективный способ добиться своего, манипулируя взрослыми.



Ребенок довольно быстро понимает, что своим неадекватным поведением он ставит нас в неудобное положение и получает желаемое. Но если взрослые будут достаточно терпеливы, спокойны и последовательны в своих действиях, то могут успешно пресечь или даже предотвратить подобное поведение малыша. Главное не поддаваться и понять, для чего малышу нужна **истерика**!

1. Почему малыш устраивает **истерику**?

**Истерическое** состояние для ребенка — это состояние стресса. Такое же, как и у его родителей во время его **истерики**. И это, не потому что ребенку нравится так себя вести, и уж точно не назло родителям. Своим поведением малыш пытается добиться своего. Но это только сначала! И если взрослые, не выдерживая идут на поводу у ребенка: *«На! Только не плачь!»* он обязательно начнет этим пользоваться.

Вывод: не упустить! Не идти на поводу! НЕТ – значит - НЕТ!

1. Как пресечь **истерику ребенка**?

Если вы, все-таки упустили этот момент, и ваш малыш уже *«пользуется»* Вами, запаситесь терпением и научитесь правильно себя вести с ребенком во время его **истерик**.

Что же вы должны сделать, чтобы **истерика** больше не повторялась?

* помните о причинах первых **истерик** и постарайтесь предугадать капризы своего малыша. - не пускать развитие **истерики на самотек**, когда ребенка уже невозможно будет контролировать.
* следить за состоянием ребенка и постараться отвлечь его уже на стадии беспокойства и раздражения, переключив внимание малыша на что-то другое. Постарайтесь успокоить малыша, взяв его на руки, обнимите, поцелуйте и т. д.
* говорите с ребенком присев на колени, что бы он чувствовал, что вы с ним на одном уровне. Не ругайте его и, не в коем случае не кричите. Говорите спокойно и тихо.

3. **Истерика** – недопустимое поведение.

Ребенку с самого начала надо дать понять, что вы не будете терпеть подобное поведение. Лучший способ – прекратить общение с малышом до тех пор, пока он не успокоится, демонстративно не **реагируя на его поведение**, чтобы он не делал. Физическое наказание и крики только усугубят ситуацию. Как только ребенок поймет, что никто не **реагирует на него**, малыш сам прекратит **истерику**.