

Как справиться с детской истерикой

В возрасте от 3 до 5 лет многие дети подвержены истерикам. Педиатры называют этот возраст «возрастом первого протеста» и объясняют такое поведение тем, что у детей в это время складывается восприятие мира, эмоциональная оценка и характер.

Очень важно правильно распознать причину истерик вашего ребенка, ведь нерешенный в раннем возрасте конфликт в подростковый период вновь даст о себе знать с утроенной силой. Дети в этом возрасте часто протестуют против любого «нет» - плачем, топаньем ножками, иногда даже бросаются на пол, и родители с этим ничего не могут поделать. Многие думают, что это причина наследственности, на самом деле это не так, маленький человек просто впервые натывается на какие-то запреты и делает все возможное, чтобы их обойти. Так же причиной может служить болезнь. Дети не знают, как сказать нам о том, что они себя плохо чувствуют. Это мы, потрогав себе лоб и пару раз шмыгнув носом, можем сразу определить, что где-то простудились. Ребенок же, помимо банальных «живот болит» и «голова болит», не может описать нам свои чувства, так как в столь раннем возрасте еще слишком беден словарный запас касательно ощущений. Если ваш ребенок стал в последнее время особенно капризным, поинтересуйтесь, не болят ли у него ушки или голова – истерики очень часто приходят рука об руку с отитом. Помните, что в дошкольном возрасте у детей часто болит живот, это связано с растущим организмом, и не стоит закармливать ребенка обезболивающими. Лучше показаться врачу и выслушать его рекомендации на этот счет.

Наиболее частой причиной истерики - является привлечение внимания взрослого. Подумайте о том, достаточно ли вы времени уделяете играм и прогулкам с ребенком? Может быть, вы просто уделите ему чуть меньше внимания, чем обычно. Дети очень чутко воспринимают количество проводимого с ними времени, и для них час прогулки имеет большое значение. Не бойтесь открыто проявлять любовь! Правда, существует стереотип, что из-за этого дети вырастают избалованными - но это далеко от правды! Понятие правил поведения в обществе и проявление родительской любви не взаимосвязаны негативным образом. Нередко истерики у ребенка провоцирует и невозможность получения чего-либо - подарка, игрушки, домашнего животного. Он не в состоянии понять очевидных для вас причин, почему «нет». Постарайтесь поговорить с малышом и доступными для его понимания фразами объяснить ему все что нужно. Чаще всего подобные ситуации случаются при посещении магазинов. Естественно, невозможно подобрать ребенку одежду без его участия, но если вы не собираетесь покупать ему игрушек в этот день, тогда не стоит проводить его через этот отдел.

Самый простой способ показать ребенку значение денег – поиграть с ним в магазин. Выставьте на «прилавке» игрушки, выдайте малышу нарисованные деньги. Когда они закончатся, объясните, что такое, к сожалению, случается и у мамы, а ведь маме нужно покупать не только игрушки, но и другие важные вещи. Иногда ребенок подобным поведением высказывает и отказ от излишней опеки, так как стремится почувствовать себя самостоятельным. В этом случае оптимально будет его обеспечить игрушками, которыми он надолго сможет увлечься, в идеале конструкторами или детскими наборами для творчества.

Также постепенно подключайте малыша к домашним делам и хвалите любое проявление его самостоятельности. К примеру, если собираетесь устроить большую стирку, можете дать ребенку постирать платок в маленьком ведерке. Для детей

постарше при занятиях на кухне и готовке можно найти какое-нибудь нехитрое дело, не связанное с острыми предметами, а вот малыша нужно подключить иным способом. Чтобы он не чувствовал себя оставленным, можно взять его с собой, чтобы он накрыл обед для своих игрушек. Возможно, причиной является и недосыпание – одной ночи с плохим сном вполне хватит для малыша, чтобы подарить вам незабываемый день, полный капризов и скандалов.

При истерике у ребенка в первую очередь, родители должны понять причину такого поведения, помочь с ней разобраться и объяснить границы дозволенного и недозволенного.