

**«Тише, Танечка, не плачь...»
Несколько причин детской истерики**

Консультация для родителей

В магазине, на улице, в детском парке, в кино – где угодно вы можете увидеть, как чей-то очаровательный малыш вдруг падает, громко кричит, заливаясь слезами, стучит кулачками и пятками по полу, а возмущенные и раздосадованные мамы (уж конечно, не вы!) пытаются утихомирить свое чадо чаще всего авторитетными методами...

Ошибочно утверждать, что детская истерика – просто недостаток воспитания. Причин может быть несколько. У малышей до пяти лет истерики случаются потому, что они не всегда в состоянии понять, чего им действительно хочется, и пока не умеют иначе выразить свои чувства. Еще не вполне владея речью, двух - трехлетний малыш не может словами объяснить маме свои весьма расплывчатые желания, и делает это единственным «проверенным» способом. Кроме того, все маленькие дети живут в настоящем времени. Понятия «скоро», «потом», «когда-нибудь» для них равносильны отказу или запрету. Стремление получить желаемое, или обида от того, что цель не достигнута – тоже весьма частые причины детской истерики.

Взрослея, дети понимают, что **истерика – отличный способ привлечения внимания взрослых, неплохой вариант манипуляции** (многие родители, страшась скандала в публичном месте, легче соглашаются удовлетворить сиюминутное желание чада), и наконец простой и действенный метод «сбросить» эмоциональное напряжение. Обратите внимание, что дома истерики у малышей случаются чаще после визита гостей, прихода врача, сантехника, телевизионного мастера и т.п. Легко возбудимые малыши, а их в наше время появляется все больше, могут «истерить» от голода или потому, что хотят спать, но никак не могут заснуть; от усталости или от того, что у них что-то не получается.

Как бороться с детской истерикой? Прежде всего хочу сказать, что бороться с ней нельзя! Любой ваш способ ребенок воспримет как войну против него лично. Малыш решит, то вы не любите его, и он вам совсем не нужен. Поверьте, это может стать первопричиной очень многих детских комплексов, способных отравить вашему малышу всю его дальнейшую жизнь!

Бытует мнение, что на детскую истерику лучше всего просто **«не обращать внимания»**. Это тоже ошибка. Во-первых, частые истерики как раз указывают на недостаток внимания со стороны родителей и других взрослых членов семьи к ребенку; а во-вторых, закатывая истерику, малыш очень быстро теряет контроль над собой и справиться самостоятельно со своими рыданиями не в состоянии. **Неконтролируемая детская истерика может закончиться судорогами, несмыканием голосовых связок с потерей голоса, развитием нервных тиков и нарушением терморегуляции организма.** Если вы не хотите, чтобы ваш ребенок превратился в законченного неврастеника, не оставляйте его истерику без внимания. **Лучше всего постараться ее предотвратить.**

Понаблюдайте за ребенком. Если он начинает хныкать, теряет интерес к игрушкам или к тому, чем только что занимался, но не переключается на новое занятие, а наоборот, все отпихивает от себя, раздражается, проявляет беспокойство, значит, истерика «не за горами». Попробуйте отвлечь его внимание, приласкайте малыша, поговорите с ним спокойным ровным голосом. Если он еще совсем кроха, то лучше рассказать стишок (или поговорить в стихотворной форме) с часто повторяющимися добрыми и нежными словами. Дети очень чувствительны к ритмике языка. Малышей постарше можно отвлечь хорошей шуткой, веселой музыкой или любимым «мультяшным». Можно увлечь занимательной историей или попросить помочь в каком-то важном «взрослом» деле.

Если истерика все-таки случилась, да еще и в общественном месте, не обращайтесь внимания на окружающих, вам должно быть безразлично их мнение, **думаете только о вашем ребенке.** Если истерика связана с тем, что у малыша что-либо не получается, помогите ему. Объясните, что именно он сделал не так и сделайте то же самое, но уже вместе с ребенком. Если малыш плачет потому, что лопнул воздушный шарик, упала в грязь сладкая булочка, убежала собачка, вдруг пошел дождь и так далее – расскажите ему, почему так случилось, и обязательно обоснуйте ваш рассказ. **Очень важно, чтобы ребенок понял – все так, как должно быть, и все – к лучшему.** Дождик пошел, чтобы выросла зеленая травка; собачка убежала, потому что проголодалась; булочка упала, чтобы ее могли поклевать птички, а шарик лопнул, чтобы вы могли надуть новый, еще более красивый. Если причина истерики – банальное желание что-то немедленно получить

(например, в магазине), ни в коем случае не идите у него на поводу, иначе малыш очень быстро поймет, как добиться желаемого в следующий раз и будет использовать истерику в качестве шантажа. Спокойно, но твердо объясните ребенку, почему вы не можете исполнить его желание, выразите надежду, что он «как взрослый» может вас понять.

Не повышайте голос. Криком вы только напугаете и раззадорите вашего капризника. Постарайтесь еще раз поговорить с ребенком дома, когда и вы, и он успокоитесь, и сможете обсудить причину его «громкого» поведения без эмоций. Поверьте, **даже пятилетний человек в состоянии оценить ваше доброжелательное и уважительное отношение к его личности.**