

Причины детской истерики

Детская истерика одна из форм поведения ребенка, которая крайне негативно действует на взрослых.

Плачущий навзрыд малыш способен нарушить эмоциональное спокойствие окружающих. В ответ на поведение ребенка возникают разные чувства от жалости до вспышек гнева.

Однако, в эти моменты следует переключить фокус внимания с себя на ребенка. Мы должны понимать, что малышу сейчас гораздо хуже, чем нам. Во время истерики дети, как правило, не могут контролировать себя.

Если ребенок бурно эмоционально реагирует на ситуации, то необходимо разобраться, в чем дело?

Первое, что необходимо понять, в каких конкретно случаях ребенок проявляет подобное поведение.

Возможно, оно является следствием строения нервной системы, нервные процессы протекают быстро и ребенок слишком эмоционально реагирует на все события, как веселые, так и грустные. В этом случае необходимо научить ребенка выражать свои эмоции, сдерживать негатив. Процесс это не быстрый, но, важный для формирования социально приемлемого поведения.

Детские истерики случаются по физиологическим причинам, если ребенок устал, болен, ему жарко, он перенасыщен эмоциональными впечатлениями, хочет пить и т.д.

Возможно истерика дошкольника — это ответная реакция на несогласованность требований взрослых, малышу иногда разрешаются определенные действия, иногда запрещаются. В этом случае необходимо установить конкретные правила, которых придерживаются все. Согласованность действий мамы и папы при этом является ключевым моментом. Дайте понять дочке или сыну, что мнение папы (мамы) является последним словом и его все слушаются.

Иногда истерики бывают следствием напряженной атмосферы в семье, ребенок становится свидетелем ссор взрослых, его подвергают физическим наказаниям и т.д. В этом случае, при помощи взрывной истерики ребенок «сбрасывает» накопленное напряжение.

В некоторых случаях истерика служит сигналом для взрослых о недостатке родительского внимания, любви, сенсорного (телесного) контакта. Ребенок должен чувствовать, что его любят и ему рады, также ему необходимы ежедневные родительские объятия.



Бывает, что истерика является крайней формой детского каприза, когда ребенок привык таким образом добиваться желаемого. Если вы понимаете, что это так, то вам поможет способ игнорирования поведения ребенка. Постарайтесь эмоционально подкреплять только положительные формы поведения ребенка, отрицательные старайтесь, как бы не замечать. При этом необходимо строго придерживаться установленных правил *«если нельзя, то я ничего поделать не могу»*. Прежде чем установить то или иное правило или запрет, постарайтесь объяснить ребенку, почему так делать нельзя или нужно, приведите пример, поясните последствия.

Истерики при расставании в детском саду служат сигналом о том, что ребенка что-то тревожит, беспокоит, возможно, он чего-то боится. В этом случае необходимо в доверительном общении поговорить с ребенком, узнать причину его беспокойства. Если необходима психологическая поддержка обратиться за помощью к специалисту.

Часто, если родители сами встревожены - это состояние передается ребенку. В этом случае малышу поможет ваша уверенность, что в детском саду с ребенком все будет хорошо. Он должен понимать и чувствовать, что вы доверяете взрослым, с которыми ребенок находится большую половину дня.

Обязательно проговаривайте дошкольнику о том, как огорчает вас его поведение, делитесь своими чувствами с ребенком. Каждый вечер беседуйте с малышом, выясняйте, что происходило в детском саду, приучитесь с детства внимательно слушать ребенка. Это умение сослужит вам добрую службу в подростковом возрасте, а у мальчика или девочки останется навык доверительного общения с вами. Учите ребенка рассказывать о своих хороших и особенно плохих переживаниях. Это поможет ему справиться со сложными моментами. Прекрасным механизмом преодоления трудностей для детей является игра, задайте тематику игры близкую к ситуации, которая беспокоит ребенка и помогите ему разобраться в чувствах.

Самое главное в деле воспитания – родительская вера в себя, никто не знает вашего ребенка лучше вас, будьте открыты для новой информации, не бойтесь спрашивать совета. Будьте думающим родителем
- и вы воспитаєте прекрасных детей.

