



Что делать с детскими истериками?

I. Ребёнок что-то просит, но мы не готовы (или не можем ему это дать). Что делаем?

Используем метод активного слушания и стараемся понять желания ребёнка, продемонстрировав ему это словами: «Да, тебе сейчас очень хочется (говорим, что именно)... Я понимаю тебя. Я тоже бы этого очень хотела на твоём месте. Но, к сожалению, сейчас это невозможно (купить, взять и т.д.) ПОТОМУ ЧТО ... (объясняем причину)».



II. Ребёнок всё равно заводится, кричит, требует, падает на пол. Что делаем?

Уводим с публики. Находимся рядом, «контейнируем» его эмоции. Садимся рядом с ребёнком, молчим, гладим его, приобнимаем (если позволяет).



II. Ребёнок постепенно успокаивается, потому что его понимают. Что делаем?

Договариваемся с ребёнком, когда мы сможем сделать то, что он хочет или ищем альтернативу.

Почему случается детская истерика?

1. Как правило, причиной детской истерики может послужить отработанный в прошлом механизм **«Я кричу – Я получаю то, что хочу»**. Поэтому для того, чтобы ребёнок понял, что данный механизм уже не действует, следует держать границы («нет» - это значит «нет» в любом случае»), но оказывать понимание. Сначала ребёнок может пытаться «оценить» эти границы – истерики станут сильнее. Но когда он почувствует границы – число и сила истерик станет сокращаться.
2. Чрезмерная опека над ребёнком, когда его «Я» подавляется. И тогда ребёнку очень важно получить то, что хочу Я, **показать родителям, что у него есть свои желания**. Запреты должны быть рациональными.

И помните! Если ребёнок плачет и просит Вашего внимания, участия, помощи, приложите максимальное количество усилий, чтобы дать ему это сейчас. Ему это действительно необходимо.