

# «Истерики у ребенка 4–5 лет»



Консультация для родителей

Подготовил:

Ковалевская М.А.

апрель, 2021г

Для истерик у детей характерны невероятная яркость, своего рода "игра на публику", зависимость от внешних обстоятельств и наличия зрителей. Детская истерика обычно сопровождается малыми припадками: громогласный плач, крики, битье головой о стену или пол, расцарапывание тела. В тяжелых случаях (*большие припадки*) происходят непроизвольные судороги, а также так называемый "истерический мост", при котором ребенок выгибается дугой. Характерной особенностью детских истерик является то, что они возникают в ответ на обиду или неприятное известие, усиливаются при повышенном внимании окружающих и могут быстро прекратиться после того, как это внимание иссякнет.

Каприз (*фр. - прихоть, причуда*) - стремление детей добиваться чего-то запретного, недостижимого или невозможного в данный момент. Капризы обычно бывают беспричинны, почти всегда сопровождаются плачем, криком, топаньем ног, разбрасыванием первых подвернувшихся под руку предметов. Подчас капризы ребенка нелепы и совершенно невыполнимы. Например, вдруг хочется молока, которого в доме нет, или он хочет ехать именно на грузовом лифте, а пришел пассажирский, или идти в детский сад с мамой, а его ведет бабушка.

Если капризы и истерики у детей постоянны, это может быть следствием заболевания нервной системы, и ребенка стоит показать врачу-невропатологу. Если же со здоровьем все в порядке, и, если капризы или истерики при одном из родителей ребенок себе не позволяет, то корень проблемы стоит искать в семейных отношениях, а именно, в реакциях родителей на поведение ребенка. Капризы могут возникнуть в ответ на слишком потакающие действия взрослых, на их противоречивые требования или на чрезмерно строгие меры, которые применяются к малышу. Регулярные детские истерики и капризы ведут к психогенным изменениям характера, расшатывают нормальную психику, порождают стойкие психопатические наклонности. Такому типу поведения соответствует следующая клиническая картина - нетерпеливость, нетерпимость к мнению окружающих, требовательность, подозрительность, обидчивость, мстительность, гневливость, неадекватность эмоциональных реакций. Детские истерики и капризы почти всегда являются следствием

неправильного поведения родителей. Если ребенку все разрешают, выполняют все его требования, "только бы он не расстроился", то последствия такого воспитания - капризность, избалованность и вседозволенность.

#### Как предотвратить приступы истерики у детей.

Научитесь предупреждать вспышки (дети истерят, когда они устали, проголодались или чувствуют, что их торопят. Постарайтесь предвидеть такие моменты: не отправляйтесь в магазин за покупками, когда ваш ребенок проголодался. Собираясь в сад, дайте достаточно времени, чтобы ребенок оделся).

Переключайте детей на действия (если ваш ребенок кричит и плачет, попросите подойти к вам, дайте ему что-нибудь в руки вместо того, чтобы требовать прекратить крик. В первом случае он более охотно выполнит просьбу.).

Назовите ребенку его эмоциональное состояние (ребенок может оказаться неспособным выразить словами (*или просто осознать*) свое чувство ярости. Чтобы помочь ему контролировать свои эмоции, вам следует присвоить им определенное название, например: "Может быть ты сердишься потому, что не получил пирожного". Дайте ему четко понять, что, несмотря на чувства, есть определенные пределы его поведению. Скажите ему: "Хотя ты и рассердился, нельзя кричать в магазине". Это поможет ребенку понять, что есть ситуации, в которых такое поведение не допускается.).

Скажите ребенку правду относительно последствий (объясните все очень просто: "Ты ведешь себя плохо, и мы не позволим этого. Если ты будешь продолжать, тебе придется уйти к себе в комнату".)

#### Если истерика все-таки началась

Прежде всего, нужно взять себя в руки и постараться не раздражаться. Не стоит в момент разыгравшихся страстей пускаться в длинные объяснения, пытаясь достучаться до сознания и совести малыша. Наиболее гуманный способ - отвлечь малыша. Как только начнется истерики, резко переключите его внимание на что-нибудь загадочное. Например, он кричит, падает на пол, а вы спокойно открываете шкаф и видите там... удивительную вещь (*коробку*). И начинайте увлеченно рассказывать необыкновенную историю, изучать эту коробку. Ребенок, заинтересуется и притихнет. Однако, этот прием требует большой фантазии и настроения. Главное - своим поведением игнорировать истерику ребенка. Если уж дело дошло до того, что он улегся на тротуаре у витрины, колотит ногами, и кричит во все горло: "Хочу!", - то твердо и простыми словами объясните ребенку, почему вы не будете выполнять его требование. Детские истерики в общественных местах нередко рассчитаны не столько на маму (или близкого взрослого, сколько на посторонних. Если вы уступите сейчас, отныне каждое совместное посещение магазина превратится в кошмар. Конечно, в каждом конкретном случае приходится поступать по-разному, но постарайтесь не реагировать на "советы" посторонних, по возможности переждите эту вспышку, дождитесь, когда эффект станет вялым, продолжайте свой путь в молчании. Потом, по

прошествии небольшого времени, когда ребенок успокоится, необходимо обсудить происшедшее: "Что сегодня произошло, как надо было попросить". Объясните, что такими поступками он ничего никогда не добьется. Не поддавайтесь на провокации. Как только начинается истерики - встаньте и выйдите из комнаты. Пусть кричит, пусть падает на пол и стучит ногами. Подобное шоу рассчитано на зрителя. Понятно, что это зрелище не для слабонервных и родительское сердце обливается кровью. Поверьте, кричать, когда на тебя никто не обращает внимания, неинтересно. Через некоторое время ребенок успокоится и возобновит общение с вами. Лучше дождаться, пока он сделает это сам, так как некоторые дети ждут обращения к ним взрослого, чтобы начать истерику снова. Сразу же переключите его на какое-то действие - принести что-нибудь, разобрать коробку с нитками или бусами, позвонить бабушке и т. п... В большинстве случаев, особенно, если ребенок старше 4-х лет, полезно бывает наказать, например, лишить сладкого или чего-то интересного. Научите ребенка извиняться за свои поступки, и в следующий раз ему легче будет управлять собой. Но, самое главное - выработайте всем семейством единую линию запретов и поощрений. Нужно учить ребенка выражать свои желания приемлемым способом, объяснять, что криком получить требуемое невозможно, и своим поведением не закреплять у ребенка подобные манипуляции.