

## Как избежать детской истерики

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физиологической) она сопровождается. В такой ситуации, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя.



### Как быть?

1. Помните, что даже самые замечательные мамы оказываются в таких ситуациях и дело тут не в маме, а в темпераменте и характере вашего ребенка.

#### Задумайтесь над причиной истерики ребенка:

- ребенку не хватает вашего внимания, и он таким способом стремится завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется во взрослой жизни);
- ребенок манипулирует вами, он привык таким образом добывать все, что он хочет.

Отличить манипуляцию нелегко, но понаблюдайте за своим ребенком: как именно он плачет, что помогает ему успокоиться.

Если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребенку понять, что вы не одобряете его действия. Ребенок устал, хочет спать, он голоден: искорените причину, и истерика пройдет.

2. Если истерика в самом разгаре, улучите момент, когда ребенок набирает воздух, чтобы огласить окрестности новыми криками, и очень выразительно и захватывающе начните рассказывать какую-нибудь захватывающую историю.

3. Можно попытаться взять ребенка на руки, прижать к себе и ждать, когда все закончится, выражая свое сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой.

4. Главное средство от истерик - не впасть в такое же неистовство. Пытаясь сохранять спокойствие, выразите свое сочувствие ребенку: “Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе...”, “Я знаю, как это обидно”, “Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой, что произошло”.

Ребенок не услышит вас с первого раза, но повторив эту фразу двадцать раз, вы достигнете до своего малыша и он будет благодарен вам, что вы не дали

волю своим чувствам (а как хотелось)! Выясните с ребенком причины его поведения.

5. Дети 3-5 лет вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло. Конечно, объяснить что-либо громко кричащему ребенку очень трудно.

6. По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.

7. Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребенка, его (бабушкин, дедушкин, папин, мамин, тетин) характер.

Помните, что никто не знает вашего ребенка так, как он себя.

Вывод: чаще беседуйте с ребенком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.

## Агрессивные слова малыша взрослым

*Воспитание детей – это каждодневный и вовсе не простой труд. Конечно, быть родителями – это счастье, и это особенно понимаешь, когда ребенок, улыбаясь, говорит: «Как я тебя люблю!» А если из уст малыша вылетают совершенно другие фразы, резкие, обидные? Почему же так происходит и как нужно реагировать родителям в подобных ситуациях? «Я тебя не люблю!», «Ты – плохая!», «Уйду жить к бабушке!» – эти фразы, вероятно, слышали многие родители от своих детей. Сердце затапливает обида: как же так, мы для него все делаем, а он такое говорит! Возникает вопрос: почему, ну почему же он так сказал? Неужели и вправду не любит? Неужели считает плохой? Правда ли хочет жить с бабушкой?*

**Это испытание, которое должен пройти, наверно, каждый из родителей.** Кто-то умеет построить отношения с малышом так, что эти фразы бывают очень редкими, а в некоторых семьях они, к сожалению, привычный фон общения. Для того чтобы правильно справиться с таким неприятным поведением ребенка, нужно понять, почему он говорит эти фразы?

### Причины

- после того, как ребенку не дали то, чего он хотел, т.е. не исполнили его желание;
- после наказания или обещания его;
- как реакция на действительно несправедливое или жестокое отношение к ребенку (накопленное или однократное);
- как повторение (возможно, шутовское) тех фраз, которые он слышал от взрослых;
- как привычное поведение в отношении определенного человека, в том случае, если самые близкие люди ребенка конфликтуют с ним.

**Но выражение обиды – не единственный мотив произнесения ребенком жестоких слов.**

В поведении даже малышей 2–3 лет явно проглядывают цели, которые они хотят достичь.

### **Когда и как**

Чтобы произнести «Я тебя не люблю!», надо, как минимум, уметь говорить, складывать слова в фразы и понимать их значение. Значит ли это, что подобные фразы можно услышать лишь от детей, перешагнувших рубеж 3–4 лет? Да, но начинается все еще раньше.

**До 2 лет** словесного проявления нет, но есть агрессивные действия. Пока ребенок умеет действовать, но не говорить. Если в этом возрасте научиться правильно реагировать на такие действия, как удары, причинение боли, плевки, укусы и т.д., тогда проблемы жестоких фраз может и не возникнуть. Во многом такое поведение – это изучение границ дозволенного и прояснение для себя, как родители реагируют на такие провокационные действия, а также реакция обиды.

**2–3 года.** Ребенок учится говорить, быстро накапливает словарь и начинает им пользоваться. Он в целом понимает значение фраз. Уже можно услышать от него короткие, но эмоциональные фразы «Ты плохая!», «Мама-бьяка!». В этом возрасте это непосредственная эмоциональная реакция на запреты взрослых или повторение («отработка» в речи) фраз, которые он слышит от взрослых. Малыш уже может вступить в «группу поддержки» и произносить эти фразы по отношению к тому члену семьи, у которого есть конфликт, например, с его мамой.

**3,5–5 лет.** Начало манипулятивного поведения. Ребенок начинает понимать, что определенные действия несут за собой определенную реакцию (выигрыш или санкции). То, что несет выигрыш, закрепляется в поведении. Это возраст бессознательных манипуляций. Все остальные

причины (выражение обиды без цели воздействия на взрослого, членство в «группе поддержки») также сохраняются.

**5,5–7 лет.** Расцвет манипуляций. Ребенок начинает пользоваться манипуляцией более сознательно и не так «прямолинейно». Но далеко не все дети этого возраста манипулируют с помощью жестоких слов. Также, как и малыши, они могут использовать их просто как реакцию на обиды. Мотив «группы поддержки» также не утрачивает актуальности.

### **Как не стоит реагировать на обидные слова ребенка**

- Ответным раздражением. Не нужно кричать на ребенка и ругать его за то, что он сказал. Его слова – это только проявление одного из внутренних мотивов, который нужно понять;
- Физической агрессией. У некоторых родителей возникает соблазн шлепнуть ребенка в «воспитательных» целях. Конечно, ребенок может замолчать от страха, но лишь утвердится в правильности того, что он сказал;
- Равнодушием, показным или реальным. Ребенок, произнося «Я тебя не люблю!», хочет показать, как важно для него то, что произошло, а ваше равнодушие строит новую «стену» между вами;
- Уступками. Одна из самых больших ошибок, ведущих к закреплению манипуляций, – это разрешить ребенку то, что было запрещено, лишь бы он не думал, что вы его не любите.

## Какое влияние реклама оказывает на детей?

Во-первых, рекламные сообщения пробуждают и усиливают неявные потребности ребенка. Если раньше он не задумывался о еде в перерыве между завтраком и обедом, теперь он желает регулярно «перекусывать» шоколадными батончиками.

Во-вторых, «засоряет» речь. «Не тормози, сникерсни» - ошарашивает пятилетний сынишка пришедшего с работы отца. «Ведь я этого достойна» - заявляет маме семилетняя малышка, требуя купить ей новый шампунь. С одной стороны, артистические способности ребенка не могут не радовать родителей (да и память это развивает), а с другой - рекламные штампы обедняют и засоряют детскую речь. Не стоит забывать о том, что дети часто не задумываются над смыслом повторяемых ими рекламных лозунгов.

В-третьих, формирует новые потребности. Раньше ребенок с удовольствием катался на велосипеде или собирал конструктор, а теперь требует с родителей все новые видеоигры. Орехи и сухофрукты заменяются жвачкой, а свежевыжатые соки - колой и фантой.

Что делать?

- Помимо квоты на просмотр передач и мультиков, было бы неплохо (особенно в первые годы жизни малыша) выключать телевизор во время рекламной паузы или хотя бы убирать звук.

- Объясните ребенку, что к рекламным сообщениям нужно относиться с юмором. Помогите ему выработать критичное отношение к рекламе. Подшучивайте вместе с ним над идеальными рекламными персонажами.

- научите ребенка находить несоответствия между рекламной картинкой и реальностью. Если малыш хочет обедать популярным быстрорастворимым пюре или «ментальной» лапшой, можно прочесть ему в магазине состав этого блюда, и объяснить, что «аппетитное изображение» на экране тщательно срежессировано.