



# Скандал по всем правилам, или как справиться с детской истерикой (памятка для родителей)



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

Вот что советуют психологи:

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:

а) Ребенку не хватает вашего внимания, и он таким способом стремится завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется и во взрослой жизни);

б) Ребенок манипулирует вами, он привык таким способом добиваться всего, 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;

в) ребенок устал, хочет спать, он голоден: искорените причину, и истерика пройдет.



2. Главное средство от истерик – не впадать в такое же неистовство, пытаясь сохранять спокойствие, выразить 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 раз 20, вы достигнете до своего малыша и он будет благодарен вам, что вы не дали волю своим чувствам (а как хотелось!). Договоритесь с ребенком, выясните причины его поведения.

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

4. Дети 3 - 5-ти 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.



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

6. 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.**



# Правила для родителей

1. Утром ребенка умойте, оденьте.  
Чисто, удобно, красиво, опрятно.  
Если ребенок одет аккуратно,  
То и ему, да и взрослым приятно.

2. Если ребенок у Вас не здоров,  
То вызывайте скорей докторов.  
В случае этом не забывайте,  
Нам о болезни своей сообщайте.

3. Просим запомнить правило третье:  
Милые мамы, папы и дети,  
Утром, пожалуйста, долго не спите,  
К нам в детский сад поскорее идите.  
Чтоб на зарядку не опоздать,  
Это полезно, позвольте сказать.

4. Вечером времени зря не теряйте,  
Во время Ваших детей забирайте.  
Если ребенок спокоен и весел,  
Вы очень счастливы будете вместе.

Мамы и папы! Давайте дружить!  
Вместе давайте Ребенка растить.  
Если возникнут у Вас к нам вопросы  
- Рады Вас видеть! Милости просим!

