

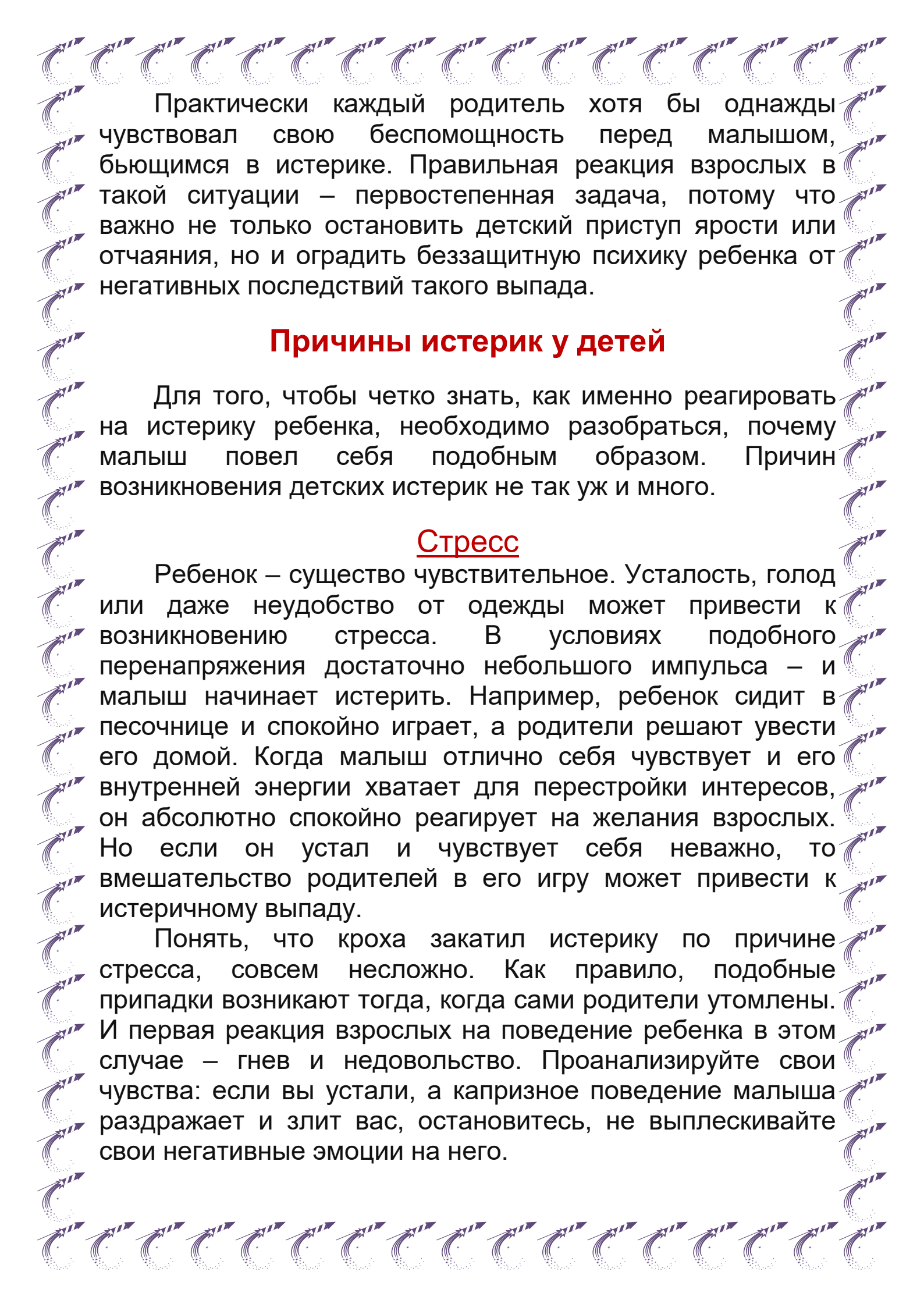
Консультация для родителей

«Истерика у ребенка: причины и способы борьбы»



Подготовила:
Воспитатель Федулова С.В.

2024 г.



Практически каждый родитель хотя бы однажды чувствовал свою беспомощность перед малышом, бьющимся в истерике. Правильная реакция взрослых в такой ситуации – первостепенная задача, потому что важно не только остановить детский приступ ярости или отчаяния, но и оградить беззащитную психику ребенка от негативных последствий такого выпада.

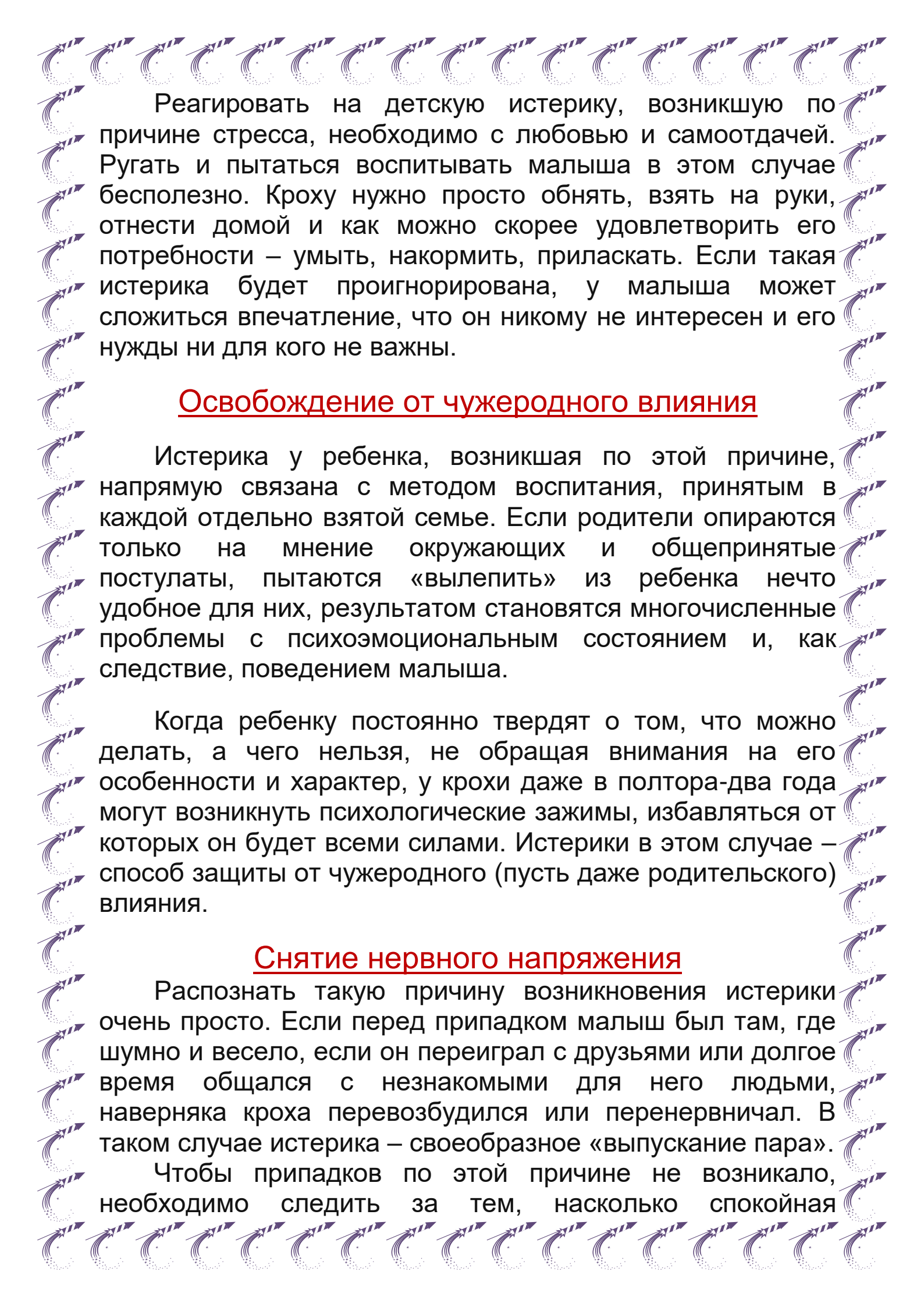
Причины истерик у детей

Для того, чтобы четко знать, как именно реагировать на истерику ребенка, необходимо разобраться, почему малыш повел себя подобным образом. Причин возникновения детских истерик не так уж и много.

Стресс

Ребенок – существо чувствительное. Усталость, голод или даже неудобство от одежды может привести к возникновению стресса. В условиях подобного перенапряжения достаточно небольшого импульса – и малыш начинает истерить. Например, ребенок сидит в песочнице и спокойно играет, а родители решают увести его домой. Когда малыш отлично себя чувствует и его внутренней энергии хватает для перестройки интересов, он абсолютно спокойно реагирует на желания взрослых. Но если он устал и чувствует себя неважно, то вмешательство родителей в его игру может привести к истеричному выпадку.

Понять, что кроха закатил истерику по причине стресса, совсем несложно. Как правило, подобные припадки возникают тогда, когда сами родители утомлены. И первая реакция взрослых на поведение ребенка в этом случае – гнев и недовольство. Проанализируйте свои чувства: если вы устали, а капризное поведение малыша раздражает и злит вас, остановитесь, не выплескивайте свои негативные эмоции на него.



Реагировать на детскую истерику, возникшую по причине стресса, необходимо с любовью и самоотдачей. Ругать и пытаться воспитывать малыша в этом случае бесполезно. Кроху нужно просто обнять, взять на руки, отнести домой и как можно скорее удовлетворить его потребности – умыть, накормить, приласкать. Если такая истерика будет проигнорирована, у малыша может сложиться впечатление, что он никому не интересен и его нужды ни для кого не важны.

Освобождение от чужеродного влияния

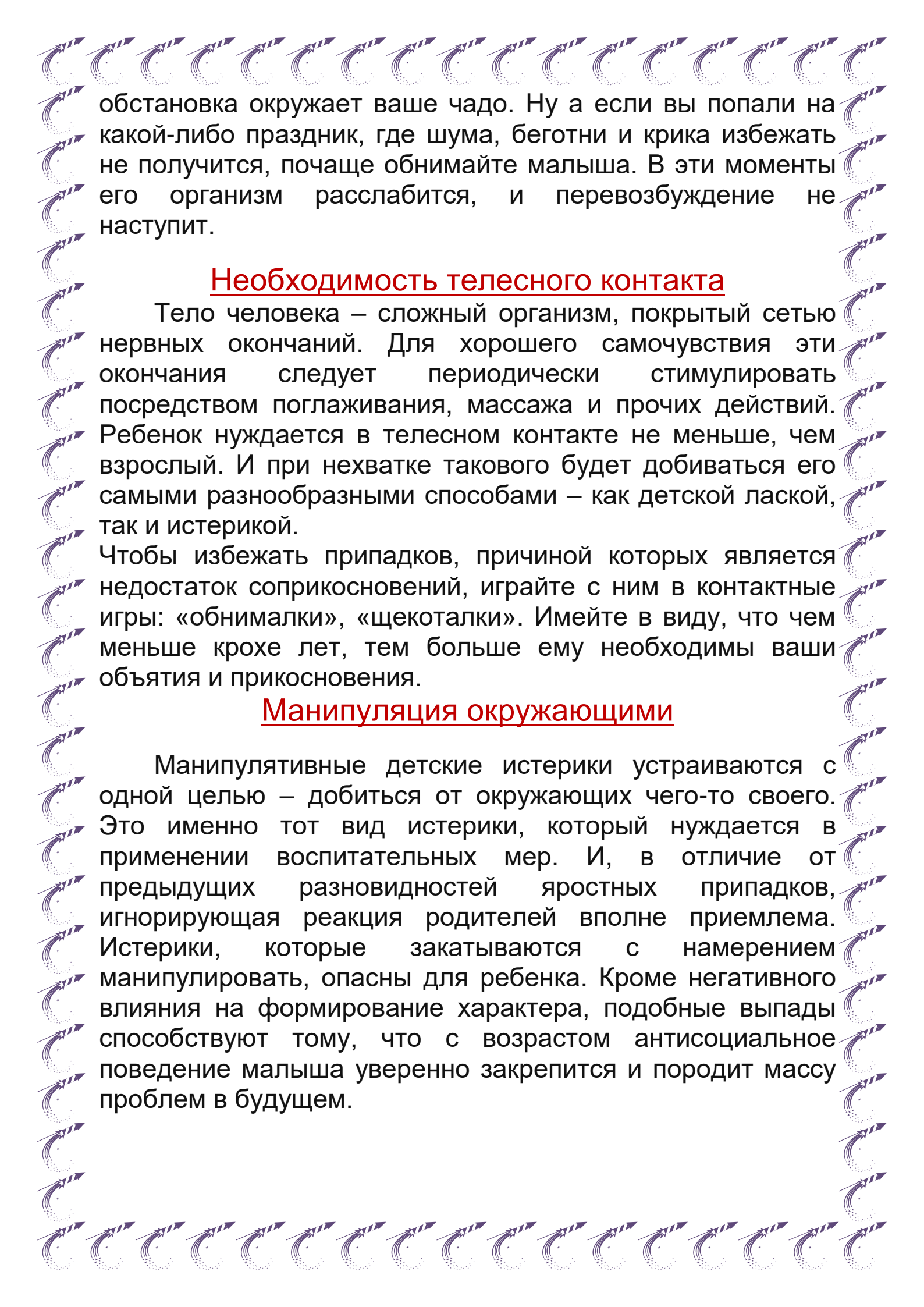
Истерика у ребенка, возникшая по этой причине, напрямую связана с методом воспитания, принятым в каждой отдельно взятой семье. Если родители опираются только на мнение окружающих и общепринятые постулаты, пытаются «вылепить» из ребенка нечто удобное для них, результатом становятся многочисленные проблемы с психоэмоциональным состоянием и, как следствие, поведением малыша.

Когда ребенку постоянно твердят о том, что можно делать, а чего нельзя, не обращая внимания на его особенности и характер, у крохи даже в полтора-два года могут возникнуть психологические зажимы, избавляться от которых он будет всеми силами. Истерики в этом случае – способ защиты от чужеродного (пусть даже родительского) влияния.

Снятие нервного напряжения

Распознать такую причину возникновения истерики очень просто. Если перед припадком малыш был там, где шумно и весело, если он переиграл с друзьями или долгое время общался с незнакомыми для него людьми, наверняка кроха перевозбудился или перенервничал. В таком случае истерика – своеобразное «выпускание пара».

Чтобы припадков по этой причине не возникало, необходимо следить за тем, насколько спокойная



обстановка окружает ваше чадо. Ну а если вы попали на какой-либо праздник, где шума, беготни и крика избежать не получится, почаще обнимайте малыша. В эти моменты его организм расслабится, и перевозбуждение не наступит.

Необходимость телесного контакта

Тело человека – сложный организм, покрытый сетью нервных окончаний. Для хорошего самочувствия эти окончания следует периодически стимулировать посредством поглаживания, массажа и прочих действий. Ребенок нуждается в телесном контакте не меньше, чем взрослый. И при нехватке такового будет добиваться его самыми разнообразными способами – как детской лаской, так и истерикой.

Чтобы избежать припадков, причиной которых является недостаток соприкосновений, играйте с ним в контактные игры: «обнималки», «щекоталки». Имейте в виду, что чем меньше крохе лет, тем больше ему необходимы ваши объятия и прикосновения.

Манипуляция окружающими

Манипулятивные детские истерики устраиваются с одной целью – добиться от окружающих чего-то своего. Это именно тот вид истерики, который нуждается в применении воспитательных мер. И, в отличие от предыдущих разновидностей яростных припадков, игнорирующая реакция родителей вполне приемлема. Истерики, которые закатываются с намерением манипулировать, опасны для ребенка. Кроме негативного влияния на формирование характера, подобные выпады способствуют тому, что с возрастом антисоциальное поведение малыша уверенно закрепится и породит массу проблем в будущем.

Возрастные особенности детских истерик

С возрастом ребенок преобразуется как внешне, так и внутренне. Вместе с этим меняется характер и приоритетность причин возникновения детских истерик.

Полтора-два года

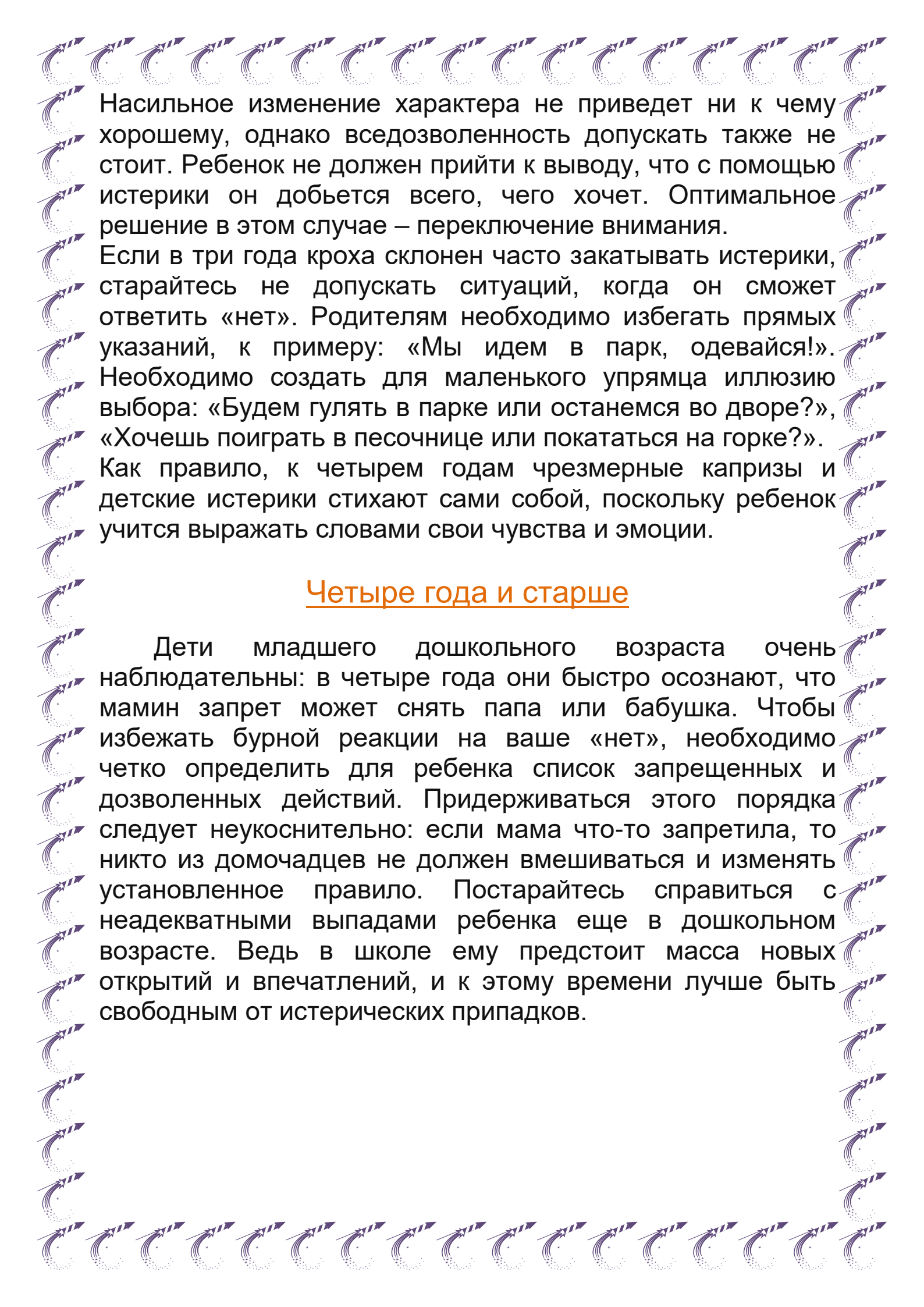
Психика малыша полутора лет еще не устоялась, и поэтому истерика зачастую возникает на фоне усталости или нервного перенапряжения. Ближе к двум годам кроха, как правило, постигает смысл слов «нельзя» и «нет». В этом возрасте у ребенка начинается глобальная психоэмоциональная перестройка, он приобретает новый опыт, острее переживает конфликты.

Именно в полтора-два года («первый возраст упрямства») покладистый и спокойный малыш может превратиться в строптивого и капризного скандалиста, который упорно отказывается выполнять какие-либо требования и отличается неприемлемыми для окружающих поступками. Зачастую необузданное поведение крохи двух лет вводит в ступор родителей: он царапается, кричит и кидается на стену.

Бороться с истеричными выпадами ребенка мамы и папы не всегда готовы. Кажется, что легче уступить и выполнить то, чего хочет малыш двух лет. Но поддавшись однажды, будьте готовы к тому, что и дальше кроха будет добиваться своего с помощью истерики.

Три года

Возраст трех лет у ребенка отличается тем, что он хочет почувствовать себя взрослым и самостоятельным, начинает осознавать, что он – личность. В это время появляется своеволие, крайнее упрямство, негативизм. Нередко такие перемены застают родителей врасплох. С малышом трех лет нужно вести себя особо: не заострять внимания на его поведении, не пытаться его сломить.



Насильное изменение характера не приведет ни к чему хорошему, однако вседозволенность допускать также не стоит. Ребенок не должен прийти к выводу, что с помощью истерики он добьется всего, чего хочет. Оптимальное решение в этом случае – переключение внимания.

Если в три года кроха склонен часто закатывать истерики, старайтесь не допускать ситуаций, когда он сможет ответить «нет». Родителям необходимо избегать прямых указаний, к примеру: «Мы идем в парк, одевайся!». Необходимо создать для маленького упрямца иллюзию выбора: «Будем гулять в парке или останемся во дворе?», «Хочешь поиграть в песочнице или покататься на горке?». Как правило, к четырем годам чрезмерные капризы и детские истерики стихают сами собой, поскольку ребенок учится выражать словами свои чувства и эмоции.

Четыре года и старше

Дети младшего дошкольного возраста очень наблюдательны: в четыре года они быстро осознают, что мамин запрет может снять папа или бабушка. Чтобы избежать бурной реакции на ваше «нет», необходимо четко определить для ребенка список запрещенных и дозволенных действий. Придерживаться этого порядка следует неукоснительно: если мама что-то запретила, то никто из домочадцев не должен вмешиваться и изменять установленное правило. Постарайтесь справиться с неадекватными выпадами ребенка еще в дошкольном возрасте. Ведь в школе ему предстоит масса новых открытий и впечатлений, и к этому времени лучше быть свободным от истерических припадков.

Как себя вести во время истерики у ребенка

Зачастую толчком к началу гневного выпада малыша становится каприз: «Дай, хочу, купи, уйди, не буду...». Если предотвратить приступ не удалось, соблюдайте основные принципы реагирования на детские истерики:

в момент припадка не пытайтесь утихомирить малыша, уговорить, обругать – это послужит стимулом к продолжению (а может и усилению) истерики;

не оставляйте кроху в одиночестве, находитесь рядом, в его поле зрения;

если маленький упрямец закатил истерику с целью что-то получить, не уступайте;

ни в коем случае нельзя прибегать к физическому наказанию – это усугубит состояние малыша;

используйте тактильный контакт – крепко обнимите кроху и, удерживая в своих объятиях, ласково повторяйте, как вы его любите.

Детские истерики в общественном месте заслуживают особого внимания. В этом случае родителям необходимо справиться не только с бушующим ребенком, но и с осуждающими взглядами окружающих. Старайтесь не обращать внимания на посторонних, не привлекайте их к происходящему процессу. Пусть малыш, желающий получить новую игрушку, вдоволь повозмущается и потопает ногами. Спустя какое-то время ему самому надоеет вести себя подобным образом, и истерика сойдет на нет.

После того как страсти улягутся, не стоит отказывать малышу в ласке: успокойте его, возьмите на руки.

Поговорите о том, что его так расстроило. Объясните, что вы любите свое чадо и вам нравится общаться с ним, когда он миролюбив и спокоен.

Детская истерика: каприз или заболевание?

Если капризы и истерики у ребенка стали постоянным явлением в вашем доме, стоит задуматься о том, нужна ли помощь специалиста. Обязательно следует обратиться к **неврологу** если:

- истерики становятся более агрессивными и происходят все чаще;
- во время истерики малыш задерживает дыхание или же теряет сознание;
- ребенок приближается к старшему дошкольному возрасту (после четырех лет), но истерики не прекращаются;
- во время припадков кроха ломает вещи, царапает себе лицо;
- кроме истерик появляются ночные кошмары и страхи;
- у малыша часто меняется настроение;
- истерический приступ заканчивается рвотой, одышкой, внезапной вялостью.

Все эти признаки могут указывать на то, что у ребенка заболевание под названием «невроз». Истерический невроз у детей – достаточно распространенное явление, подвергнуться которому может абсолютно здоровый малыш, не имеющий никаких проблем с психикой. Если у крохи замечены признаки невроза, откладывать лечение нельзя ни в коем случае. В раннем периоде развития болезни истерический невроз поддается лечению и профилактическому воздействию. А вот если упустить момент, заболевание перейдет в хроническую форму и негативно повлияет на становление личности ребенка.

Для профилактики возникновения неврозов у детей необходимо:

1. Следить за качеством и количеством информации, которая поступает к ребенку (не допускать просмотров крохой по телевизору кровавых триллеров и криминальных передач).
2. В присутствии малыша максимально спокойно общаться с другими людьми.
3. Оберегать кроху от переутомлений, следить за соблюдением режима питания, прогулок и сна.
4. И главное: дома ребенок должен чувствовать себя комфортно и уютно. Именно взаимоотношения в семье призваны стать инструментом, который поможет малышу преодолеть всевозможные трудности, возникающие на его пути.

Если со здоровьем вашего упрянца все в порядке, корень проблемы истерических припадков – ошибки в воспитании или неправильная реакция близких людей малыша на его поведение.

Не позволяйте крохе добиваться желаемого с помощью истерик.

Старайтесь быть терпеливыми и находить компромиссы. Ребенок должен осознавать границы дозволенного, имея при этом свободное пространство.

Позволяйте ему быть независимым, однако учите отвечать за свои поступки.

