

ІСТЕРИКИ.

СПОСОБИ ЗАПОБІГАННЯ



1. Намагаєтесь якомога рідше вживати слово «НІ».

Говоріть тільки тоді, коли це дійсно необхідно, - тобто коли це щось таке, що може зашкодити здоров'ю її або оточуючих її людей. Пізнавати світ – це одна з основних потреб дитини.

«Ні» повинно бути мало, але воно бути повинно!!!

Пам'ятайте, що відмовляти дитині в чомусь – цілком нормально. Як і те, що дитина може обурюватися через це. **Але якщо вже Ви сказали «ні» і вона починає висловлювати яскравий протест, важливо не ступатися**, оскільки така манера поведінки може закріпитися – як тільки дитина зрозуміє, що так вона зможе домогтися того, що хоче, це буде ведучий механізм взаємодії з вами, а надалі і з оточуючими в дорослому житті.

2. Почуття гумору.

Навіть простеньке смішне завдання може допомогти втомленому малюкові дійти до потрібного місця. Наприклад, стояти з висунутим язиком, поки червоний на світлофорі не зміниться зеленим. Чи позмагатися, хто вище підстрибне...

3. Ніколи не висміюйте, не принижуйте і не ображайте дитину.

Якщо дитина вчинила який-небудь негарний, на Ваш погляд вчинок – обов'язково скажіть їй про це. **Але не акцентуйте увагу на особистості, а говоріть саме про дії.** Тобто не “ти поганий”, а “ти вчинив погано”.

4. Можливість вибору.

Часто істерики є наслідком того, що батьки заважають дитині ставати самостійною. Вона намагається все робити по-своєму. У таких випадках необхідно, щоб у дитини обов'язково були сфери, в яких тільки вона вирішує, як має бути або вона сама вибирає із запропонованих альтернатив.

5. Частою причиною істерик буває невизначеність.

Особливо в кризові періоди дитина потребує стабільності як ніколи. І коли батьки намагаються надати їй безмежне право вибору, дитина може губитись. Тому постійні переговори з дитиною не бажані і скрізь треба знати міру. Якщо Ви бачите, що дитина «губиться» в різноманітних варіантах, не знає чого хоче, не може визначитись – **зробіть вибір замість неї, навіть, якщо вона протестує - насправді вона цього потребує.**

6. Єдина виховна позиція всіх членів сім'ї, які беруть участь у догляді за дитиною.

Якщо, дорослі виховують по-різному, дитина вчиться маніпулювати і шляхом інтриг досягати свого.

7. Краще проігнорувати, ніж звернути увагу і тим самим підкріпити –

Якщо яка-небудь неприпустима дія дитини була помічена вперше.

8. Ніколи різко не переривайте занять дитини -

Якщо не хочете наразитися на істерику, навіть, якщо вони здаються Вам безглуздими і неправильними. Для перемикання уваги малюка потрібний певний час.

9. Іноді роздратування у дітей накопичується, коли довго щось не виходить. Слідкуйте за тим, як дитина справляється з новим для себе

завданням. У таких випадках потрібно зробити це разом з нею (ОБОВ'ЯЗКОВО спитавши чи треба їй допомога).

10. Режим дня важливо - нестабільність може запустити істеріку!

11. Чути дитину.

Іноді звичайне проговорення батьками того, що хоче дитина (наприклад, “Я почула і зрозуміла, що ти хочеш на майданчик, але нам потрібно спочатку зайти в магазин») зводить нанівець внутрішнє напруження.