**Как избежать истерик у детей дошкольного возраста**

Самая животрепещущая задача родителей – эмоциональное, психическое, умственно и физическое воспитание своих детей, чтобы создать у них хорошую устойчивую базу для всей дальнейшей жизни.

Почти у всех детей в возрасте 2-3 лет случаются истерики. Ребенок уже начинает осознавать собственные желания и свою индивидуальность. Если ему перечить, то он начинает злиться. Такие истерики обычно ничего не значат – время от времени мы все гневаемся. Поэтому, когда в них закипает ярость, они не находят ничего лучшего, как выместить свою злость на самих себе. Они падают на землю, вопят и колотят по полу руками, ногами, а иногда головой. Очень часто такие вспышки ярости становятся результатом усталости, голода или ситуаций, с которыми ребенок не может справиться самостоятельно. Если речь идет именно о таких истериках, то родители могут просто проигнорировать следствие и обратиться непосредственно к первопричине: «Ты устал и проголодался? Сейчас мы пойдем домой, поедим, ляжем спать, и все пройдет».

Как избежать истерик. Для родителей совершенно не естественно проявлять безграничное терпение. В таких ситуациях необходимо вести себя непринужденно и погасить вспышку гнева. Не поддаваться на уловки ребенка, иначе подобные истерики будут повторяться постоянно. Не спорьте с ребенком, поскольку он в таком состоянии не способен понять ошибочность своего поведения. Если вы разозлитесь сами, это еще больше возбудит его. Лучше показать ему достойный выход из этой ситуации или отойти в сторонку и продолжать заниматься своим делом, как будто вас это совершенно не волнует. Как только бурные период миновал, такого ребенка лучше отвлечь каким-нибудь интересным занятием или обнять его в знак того, что в семье восстановлен мир.

Очень не приятно, когда ребенок устраивает такие истерики в людных местах. В этом случае просто возьмите его на руки, улыбнитесь и отнесите его куда-нибудь в более тихое место, где вы оба сможете успокоиться.

Некоторые дети быстро понимают, что истерика – лучший способ добиться желаемого результата. Отличить такие «искусственные» истерики от вспышек эмоций, вызванных разочарованием, голодом, усталость или страхом, не так-то просто. Один из признаков заключается в том, что ребенок подбирается к истерике постепенно, начиная с требовательного нытья. Ответом на подобные проявления должна быть непреклонная твердость родителей. Что бы эта стратегия оказалась действенной, её нужно тщательно подготавливать.

Частой причиной истерик становится замедленное речевое развитие. Такие дети постоянно приходят в отчаяние, потому что не могут выразить словами свои потребности и желания. Они чувствую свое одиночество и оторванность от других детей и взрослых. Поскольку свои расстроенные чувства они не могут выразить словами, то им остается только демонстрировать их. Чтобы помочь ребенку быть общительным и получить признание следует предоставить ему свободу для развития самостоятельности.

Если у вас подобные проблемы и обычные меры воспитания не помогают, следует обратиться к опытным специалистам.