

Как справляться с истериками ребёнка?



Все, кто хотя бы раз сталкивался с детской истерикой, знают, как чувствует себя после этого любая мама: она чувствует себя так, как будто двое суток подряд, не разгибая спины, убирала в поле картошку. А уж если безобразная сцена разворачивается на глазах честной публики...

Самое сложное в такой ситуации – сохранить спокойствие. Но, как ни странно,

для многих мам легче правильно действовать именно во время публичной истерики ребенка: возможно, срабатывает привычка «сохранять лицо» на людях.

Чтобы с наименьшими потерями выходить из неприятной, изматывающей ситуации детской истерики, надо помнить главное: даже самые замечательные мамы время от времени оказываются в вашем положении. Дело тут часто не в маме, а в темпераменте и характере ребёнка, сложившейся ситуации. Мама не виновата, но вот интересное наблюдение: Чаще всего дети закатывают сцены именно мамам, в крайнем случае, когда присутствуют оба родителя, и почти никогда подобных историй не происходит наедине с папами.

Полезный совет для пап, которые случайно оказались рядом. Впрочем, рядом случайно оказаться могут и посторонние люди, и другие близкие. Но именно папы особенно бывают, склонны винить в происходящем маму: «Это все твоё воспитание» Знакомая фраза?

Дорогие, чудесные папы! Если вы на самом деле хотите помочь жене справиться с разбушевавшимся ребенком, а не выяснить попутно с ней отношения, делайте это без раздражения против измученной матери. Никогда не говорите: «Мама ничего не понимает, вот мы сейчас с тобой...» Или: «Ты не способна даже привести его (ее) в чувство...» Или: «Ты сама довела ребёнка до крика». Маме сейчас не нужны ваши мудрые советы, мысли и обличения, ей нужна помощь. Иногда именно вам удастся значительно повлиять на ход истерики и неожиданным словом или поступком остановить бурю - воспользуйтесь ситуацией не только для того, чтобы повисить свои ставки, но заодно и мамины тоже.

Если публичные истерики случаются с вашим ребёнком довольно часто, задумайтесь, в чем истинная причина этого.

Вот несколько возможных вариантов:

Ребёнку очень не хватает вашего внимания, и он стремится завоевать его таким экзотическим способом. Почему именно на публике? Потому что он знает: его слезы дома могут и не произвести впечатления, а в общественном месте вы будете вынуждены что-то предпринимать. Привыкнув с детства выражать свое одиночество, страх просто потребность в любви, таким образом, взрослый продолжает «традицию» и в супружеских отношениях. Вместо простых слов: «Мне одиноко и хочется, чтобы меня приголубили», он начинает искать повода для ссоры, так как привык возмещать недостаток внимания именно таким способом.

Ребёнок манипулирует вами и дома, он привык таким образом добывать себе все, что хочет. Отличить явную манипуляцию от усталости, начавшейся болезни,



тайного страха с первого взгляда нелегко, но понаблюдайте за своим ребенком, послушайте, КАК именно он плачет, что, в конечном счете, помогает ему успокоиться, и вам многое станет ясно.

Самая простая причина – ребёнок устал, голоден, хочет спать. Тут осложнений избежать легче всего: если необходимо куда-то отправиться с ребенком,

организируйте путешествие так, чтобы посещение магазинов, выставок и прочего не приходилось на время еды или дневного сна. Кроме того каждая мама знает о своем ребенке, в какое время дня он бывает в лучшем настроении и может спланировать выход в свет в это время.

Некоторые дети и взрослые в силу особенностей душевной организации не могут находиться среди большого количества людей. Как правило, эта черта проявляется очень рано. Уже в раннем возрасте родители могут заметить плач ребенка при попадании его в толпу и успокоение после выхода из толпы. Необходимо щадить психику такого ребенка и избегать скопления народа. Когда-то ему придется столкнуться с этой необходимостью - терпеть скопление людей, но малышу эту необходимость – делать то, что ему невозможно терпеть - труднее объяснить, чем 4-летнему ребёнку. Пытаясь остановить истерику ребенка, важно учитывать его возраст. До двух, двух с половиной лет хорошо помогает метод переключения внимания. Большинство малышей поддаются на уловки взрослых. Если истерика не зашла сильно далеко, мама может выбрать момент, когда малыш набирает воздух для нового вопля, и начать очень выразительно рассказывать историю про некоего мальчика Петю, с которым произошло то же самое и он тогда. Многие дети хорошо поддаются на эту уловку. Другие любят слушать истории никак не связанные с тем, что с ним происходит. Можно попытаться взять ребенка на руки, прижать к себе и ждать, когда все закончится, не забывая при этом выражать свое понимание и сочувствие. Дети трех-пяти лет уже способны понимать логичные объяснения взрослых. В этом возрасте тактика «отвлекай и развлекай» может оказаться даже вредной: уже пора учиться проживать неприятности, а не делать вид, будто ничего не происходит. Объяснять и вести диалог гораздо труднее. Главное: попытайтесь сохранять спокойствие и выражайте свое понимание и сочувствие. «Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить эту игрушку. Я знаю, как это обидно. Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой, что произошло». Кажется, что произносить это орущему ребенку бессмысленно, но, произнеся это в десятый раз, вы заметите, что ребенок вас услышал и благодарен вам, что вы не впали в то же неистовство, что и он. После «бури» поговорите с ребенком о том, что случилось.