Как справиться с детской истерикой

Каждый взрослый сталкивается с детской истерикой. В такой ситуации, когда на Вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя. Как быть?

1. Помните, что даже самые замечательные мамы оказываются в таких ситуациях и тело тут не в маме, а в темпераменте и характере вашего ребёнка. Задумайтесь над *причиной истерики:*

- ребёнку не хватает вашего внимания (дайте его ему);

- ребёнок манипулирует вами, он привык таким образом добиваться всего, что хочет (если вы это поняли, дайте малышу понять, что вы не одобряете его действий);

- ребёнок устал, хочет спать, он голоден (искорените причину и истерика пройдёт).

2. Если истерика в самом разгаре, попробуйте отвлечь ребёнка, начните рассказывать какую-нибудь интересную историю или обратите его внимание на что-то новое, интересное, необычное в окружающей вас обстановке.

3. Главное средство от истерик, самому не впадать в истерику, сохранять спокойствие, выражая сочувствие ребёнку: “Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе ...”, “Я знаю, как это обидно”, и др.

4. Ребёнок не услышит вас с первого раза, повторяйте эту фразу до 20 раз, и вы достучитесь до вашего малыша. Позже, не ругайте, поговорите с ребёнком, выясните причины его поведения.

5. Дети 3–5-ти лет способны понять логичные объяснения взрослых. Учите ребёнка переживать и проживать неприятности, не делайте вид, что ничего не произошло.

6. По возможности, старайтесь не замечать, что на вас смотрят посторонние, они и сами не раз попадали в такую ситуацию.

7. Во время истерики не корите себя, не обвиняйте ребёнка.

Помните, что никто не знает вашего ребёнка так, как он себя. Чаще беседуйте с малышом о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.