

Как преодолеть капризы и истерики ребенка.

Подготовила: педагог-психолог
Першина И.О

Истерика – что это?

- Истерика - демонстративное поведение, выражающее активный протест, собственное страдание и невозможность адекватных реакций.
- У детей от года до пяти лет она проявляется чаще всего громким криком, плачем, катанием по полу и размахиванием руками и ногами.
- Дети пользуются истерикой, когда понимают, что на вас она действует.



Капризы



в отличии от упрямства -это действия, которые лишены разумного основания, направленные на то, чтобы оказать сопротивление требованиям старших и настоять на собственных желаниях. Капризы часто сопровождаются плачем, криком, топаньем ног, разбрасыванием подвернувшихся под руку игрушек. Подчас капризы ребенка нелепы и совершенно невыполнимы.

Педагоги о капризах у детей

«Слезы упрямства и каприза — это слезы бессилия и бунта, отчаянная попытка протеста, призыв на помощь, жалоба на халатность опеки, свидетельство того, что детей неразумно стесняют и принуждают, проявление плохого самочувствия и всегда страдание».



Януш Корчак

Как реагировать на истерику взрослому

- Подумать о себе в этот момент, найти опору в теле. Если удастся заметить свои эмоции, отследить телесные ощущения, и сконцентрироваться на них, то получится остаться для малыша тем самым взрослым, который защитит и позаботится.
- Если взрослый не справляется со своими эмоциями, ему лучше отстраниться.
- Принять свою беспомощность. Во время истерики ничего делать не нужно.
- Если сдержать гнев не удалось, после того, как ребенок успокоится, объяснить ему, что случилось

Если истерика все же началась:

- прежде всего не раздражаться, нужно взять себя в руки;
- не стоит в момент истерики пускаться в длинные объяснения, пытаться достучаться до сознания и совести малыша;
- постарайтесь отвлечь малыша.
- твердо и простыми словами объясните ребенку, почему вы не будете выполнять его требование;
- постарайтесь не реагировать на советы посторонних;
- не поддавайтесь на провокации.
- научите ребенка извиняться за свои поступки, и в следующий раз ему будет легче управлять собой.
- выработайте всем семейством единую линию запретов и поощрений.



О детском упрямстве и капризах

- Период капризов и упрямства начинается в 18 месяцев. Заканчивается к 3,5 – 4 годам
- Пик упрямства в 2,5 – 3 года
- Мальчики упрямее девочек
- Девочки капризничают чаще
- Приступы капризов и упрямства могут случаться от 5 до 19 раз в день

Причины капризов

1. Нарушение режима дня
2. Много новых впечатлений
3. Плохое самочувствие, переутомление
4. Дискомфорт
5. Запрет на физическую активность
6. Чрезмерный контроль или его отсутствие
7. Неуверенность в собственной безопасности



КАК ПРЕОДАЛЕТЬ КАПРИЗЫ?

Сначала нужно понять причины капризов и упрямства. Ими могут быть:

- Нарушения режима дня.
- Обилие новых впечатлений.
- Плохое самочувствие во время болезни.
- Переутомление (физическое и психическое).

Преодолеть капризы можно, если:

- Все члены семьи будут иметь **единые требования** к ребенку.
- Будут **тверды в позиции**, дадут понять значение слова «нельзя».
- Научат ребенка хотеть, т.е. вырабатывать настойчивость в достижении цели.
- Будут **развивать** у ребенка **самостоятельность в совместной со взрослыми деятельности**.



КАК РЕАГИРОВАТЬ НА ДЕТСКИЙ КРИК И ПЛАЧ



- **Постарайтесь разобраться, в чём причина истерики. Может быть, ребёнок устал или плохо себя чувствует. Иногда истерика – единственный известный ребёнку способ сообщить о своей проблеме и снять напряжение.**

- **Реагируйте на детские капризы спокойно, потому что они случаются со всеми детьми без исключения, а Ваш гнев только усложнит и без того не простую ситуацию.**
- **Будьте всегда последовательны: нельзя – значит нельзя. Это научит ребёнка самому важному: он не может получить то, что хочет, путём закатывания скандала.**

10 заповедей для родителей

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты хочешь. Помоги ему стать собой.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.
4. Не относись к его проблемам свысока.
5. Не унижай!
6. Не забывай, что самые важные встречи человека - это его встречи с детьми.
7. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
8. Ребенок - это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.
10. Люби своего ребенка любым - неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним - радуйся, потому что ребенок - это праздник, который пока с тобой.



Что делать родителям?

Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо, отложите это до тех пор, когда малыш успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.

Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривайте с ним, как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.

Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

Желаю Вам удачи!



Спасибо за внимание!