

## Консультация для родителей на тему: «Истерика в 1,5 - 2 года: что делать?».

Где-то с 1,5 лет милого и послушного ребенка будто подменяют: на все ваши предложения он отвечает “нет”, мотает головой, вырывается из рук. А периодически происходит и совсем ужасное: крики, катание по полу... Родители пугаются и пытаются срочно успокоить ребенка любыми средствами - суют в рот конфету, купить то, что он хочет - лишь бы перестал кричать. Более продвинутые родители поспешно начинают вспоминать все, что они читали и слышали про истерики: “нельзя ему потакать”, “истерики нужно игнорировать” и тому подобные советы.

Что-то из этого помогает, что-то нет. Но очень часто выбирается крайность - или всячески потакать ребенку или жестко пресекать подобное поведение. Правда, как всегда, где-то посередине.

В 1,5 года истерика еще не стала осознанным поведением ребенка, с помощью которого он манипулирует взрослым. Но если не научиться справляться с истерикой в этом возрасте, то в 3 года сделать это будет намного сложнее.

Что же делать с истерикой ребенка?

Прежде всего нужно научиться ее предотвращать. А для этого нужно понимать, что запускает истерику. Что может ее запускать:

□ **Слишком много сенсорных стимулов.** Большое количество людей, шум вокруг, много ярких красок, мелькающих фигур, красок, разноцветного и мигающего света - происходит избыточная стимуляция нервной системы и ребенок не выдерживает - происходит сброс напряжения через истерику.

□ **Особенности нервной системы ребенка** - повышенная истощаемость нервной системы, быстрая утомляемость, сильное преобладание процессов возбуждения над торможением. Такой ребенок способен выдержать напряжение меньше времени, чем другие дети. Неважно, что ребенок вашей знакомой спокойно ходит по магазинам больше 2 часов. Если вашему ребенку это сложно нужно учитывать его особенности.

□ **Ошибки в воспитании: непоследовательность, излишнее потакание или излишняя жесткость.** Если родители выполняют каждое желание ребенка, он привыкает всегда получать то, что хочет. Любой запрет будет восприниматься с возмущением и может перейти в истерику. Если родители слишком жесткие в своих требованиях, истерика - единственный способ для ребенка показать силу своего желания - ведь родители не слышат его иначе. Непоследовательность в воспитании - когда родители в одно время разрешают что-то, а в другое - запрещают ведет к попыткам манипулировать - а вдруг они изменят свое решение, если я буду просить сильнее. Соответственно, чтобы предотвратить истерику нужно учитывать все эти факторы: не планируйте походы за покупками тогда, когда ребенок уже утомлен или хочет есть, планируйте свои совместные дела. Если ребенок утомляется очень быстро, если слишком быстро переходит в состояние

перевозбуждения и впадает в истерику, возможно, стоит показать ребенка невропатологу - это может быть связано с различными сложными нарушениями. Если вы понимаете, что истерики - следствие ошибок в воспитании - самое время скорректировать свою родительскую позицию, иначе истерики будут закрепляться как “эффективное поведение”.

Когда начинается истерика для ребенка ее можно остановить, называя малышу его чувства и предлагая их выразить по-другому. “Ты очень разозлился, давай потопай ножками как ты зол”. “Вот тебе карандаш, нарисуй здесь как ты разозлился” и т.п.

Если остановить истерику не удалось, то самый лучший способ - быстро переключить на что-то интересное. Хлопнуть в ладоши и сообщить: “а сейчас фокус” и вытащить из кармана заранее заготовленную игрушку или что-то другое необычное и яркое. “Ой, смотри какая штука - ну-ка пойдём скорее посмотрим”. Главное - резкое, быстрое переключение - внимание ребенка непроизвольно переключается и истерика останавливается.

Если ребенок не реагирует ни на что - момент упущен и теперь нужно подождать, когда пройдет пик. Как правило, в пику истерики дети не реагируют на ваши слова, брыкаются ногами и пихаются руками. Через пару минут пик истерики проходит. Сейчас самое время подойти к ребенку, взять его на руки, обнять и спокойным голосом на ушко шептать что-то успокоительное. Как правило, после истерики дети чувствуют себя утомленными.

Педагог - психолог Николаева Е. А.