**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №11 «Журавушка» города Ставрополя**

**Консультация «Почему возникают истерики у детей?**

**Как прекратить истерику у ребенка»**

Педагог-психолог: Бостанова М.А.

У всех детей наступает период, когда общение с окружающими людьми пополняется новым инструментом воздействия - **истерикой**. В такие моменты **родители** часто бывают растерянными, не знают, что же делать - успокаивать, отвлекать, ругать или не обращать внимание?

Давайте разбираться. Прежде всего, нужно отметить, что **истерики** ребенка это норма на определенном этапе его развития.

"Сила" этих **истерик** зависит от характера каждого отдельного ребенка.

Можно разделить два этапа **истерики ребенка**:

-Каприз - это, когда ребенок контролирует свое поведение и намеренно пытается манипулировать другими людьми с помощью слез или крика.

**-Истерика - это**, когда ребенок уже не контролирует свое поведение, и

"с головой" погружается в эмоции.

Часто **истерика** начинается с каприза. Совершенно точно можно сказать, что во время **детской истерики нельзя**: кричать на ребенка, оставлять его в одиночестве, запугивать ребенка, что кто-то заберет… В чем причины **детских** слез и капризов и как поступить **родителям**?

Главные причины **истерики**:

А) Причина - усталость, голод, перевозбуждение.

Ребенок хочет…спать, оказаться в тишине, уйти оттуда, где много людей, поесть, отдохнуть.

Надо его научить…рано вставать, находиться в гостях, терпеть, ждать.

Б) Причина - сложные жизненные обстоятельства (развод **родителей**, переезд, рождение братика или сестрёнки, начало посещения **детского сада**).

Ребенок хочет…чтобы **родители жили вместе**; понять, как жить на новом месте; быть главным для **родителей**; остаться дома.

Надо его научить…привыкать жить с одним из **родителей**; адаптироваться на новом месте; делить внимание **родителей**; привыкать к новым правилам.

В) Причина - желание привлечь внимание, получить то, что хочется.

Ребенок хочет…чтобы **родители поиграли с ним**; купили ему что-то; позволили подольше поиграть.

Надо его научить…понимать, что мама занята; что игрушку не купят; что пора идти спать.

Что успокоит ребенка?

Конечно, до **истерики лучше не доводить**. Но уж если она случилась, то действуйте по правилам.

Правило 1 *«Сохраняйте спокойствие и уверенность»*.

Проявите последовательность и доброжелательность: если уж вы сказали *«нет»*, то пусть это будет *«нет»*. Важно,чтобы ребенок понимал: вы решили окончательно, и никакие крики и катание по полу ему не помогут. Сохраняя спокойствие и уверенность,вы покажете ребенку: его поведение вас не пугает и такими методами *«договариваться»* с вами нельзя.

Правило 2 *«Найдите тихое место»*

Постарайтесь увести ребенка туда, где тихо, где не играют дети, и нет игрушек. Если **истерика** случилась в магазине, возьмите свое чадо за руку или даже на руки и выйдите из магазина. Идеально, если там, где вы окажетесь, будет приглушенный свет – это поможет ребенку успокоиться.

Правило 3 *«Говорите о чувствах вашего ребенка»*

Во время **истерики расположитесь так**, чтобы ваше лицо было на одном уровне с лицом ребенка. Называйте и объясняйте чувства,которые он испытывает в данный момент: «Ты рассержен, потому, что нам нужно уходить домой. Ты сможешь успокоиться. Ты уже успокаиваешься. Когда придем домой, мы с тобой поиграем».

Правило 4 *«Никогда не ругайте ребенка за****истерику****»*

**Истерика** – это крайнее выражение эмоций, а за такое нельзя ругать и наказывать, если, конечно, вы хотите, чтобы ребенок остался с вами искренним. Когда ребенок успокоится, поговорите с ним о его поведении. Скажите, что так себя вести нельзя и в следующий раз ему следует выражать свои эмоции более мирным способом.Не забудьте: устранить последствия **истерики он должен сам***(например, сложить на место разбросанные игрушки)*.

Будьте терпеливы! Ребенку трудно управлять своими эмоциями, и **истерики** случаются вовсе не со зла. Дети и сами бы рады быть идеальными для своих любимых **родителей**, поэтому также расстраиваются из-за своих **детских**"срывов".

Помогите, ребенку пережить этот этап его жизни более легко, благодаря вашей любви, заботе и ласке.

Советы **родителям**:

-Не загружайте день, если ребенку идти с вами в гости.

-Делайте игровые перерывы во время занятий с ребенком.

-Всегда имейте с собой фрукты и воду, чтобы исключить голод и жажду.