Якщо в дитини істерика

Дитяча істерика - поняття широке. Це і хникання, плач, крики з повною втратою самоконтролю. Перш ніж вирішувати, як на це реагувати, варто спочатку розібратися з причинами їх виникнення.

**Причина перша – ХАРАКТЕРОЛОГІЧНА** У кожної людини, а також і у маленької,- є свій характер. Багатьом подобається бути в центрі уваги, а також викликати похвалу та лестощі в свою адресу. А якщо дитина не отримує позитивного схвалення з боку дорослих, то що ж тоді?, - а тоді, вона використовує доступні їй засоби - крик, плач, істерику. Якщо ж істерика стає регулярною, то батькам варто вибудувати відповідну стратегію поведінки. 1). Взяти за правило не схвалювати своєю увагою негативну поведінку. 2). Обов’язково приділяти дитині більше часу, схвалюючи позитивні якості і риси характеру. Але мимохіть кинуте «Молодець !» не дасть бажаного результату. Увага - це емоційна присутність в житті дитини: погляд, питання, зацікавленість, пам'ять до дрібниць. Якщо хочете заохочувати успіхи доньки чи сина, не достатньо запитати, як справи, та що йому найбільше подобається робити в садочку. Важливим є розмова про те, як все проходило, хвилювалась чи вона, тяжко чи було давати відповіді на запитання, чи задоволена вихователька її відповіддю… І обовязково розмовляйте з дитиною так, щоб вона сприймала та відчувала позитивний інтерес у відношенні до себе з вашого боку. **Причина друга – ВИХОВНА**

Діти влаштовують істерики далеко не всім: якщо дитина влаштовує істерику мамі, то в присутності тата, чи вихователя в дитячому садочку така поведінка є неприйнятною, вона може бути іншою, протилежною. Істерика - це спосіб впливу на тих людей, хто даній поведінці дитини піддається. Впоратися з натиском свого чада допоможуть наполегливість та готовність витримати «напад» дитини. Можна вчинити так: якщо ви взмозі, чи маєте бажання задовольнити вибаганку дитини, то зробіть це до того, як вона влаштує істерику, не примушуйте дитину плакати, кричати,сваритися, нервуватися, випрошувати. Але якщо впевнені,що те про що просить вас дитина, не є важливим, або не потрібним, то спокійно та впевнено скажіть «ні» і стійте на своєму не піддаючись на маніпуляції дитини. Тому, що гірше за все – це категоричність спочатку, яка через 15 хвилин неперервного крику

дитини змінюється на слова: «Ну добре, куплю, тільки не кричи». Так малюк засвоює, що головне – кричати якомога довше, тоді він отримає те, що забажає.

**Причина третя – ФІЗІОЛОГІЧНА**

У багатьох дітей після довгого відпочинку виникає необхідність «викричатися», щоб заснути: це спосіб зняти напруження. Допоки дитина маленька, йому це необхідно, але, починаючи з двох-трьох років, істерика є сигналом про напруження нервової системи та виснаження ресурсів організму: наприклад, коли дитині дуже жарко, хочеться пити чи вона стомилася. Втома, доречі, дуже легко її виявити по зміні емоцій на обличчі дитини, рухам, моториці, тембрі голосу. Якщо довго ігнорувати ці ознаки, дитина не витримує, і істерика грає роль короткого замикання. В цьому випадку, малюк дійсно не взмозі себе контролювати і потребує допомоги. Дайте дитині попити, візьміть на ручки, заспокойте. **Причина четверта – ВІКОВА**

Тут має місце відома криза 3-х років. Дитина стає вередливою, впертою, вибагливою, постійно перебуває в стані протиріч у відношенні до оточуючих - одним словом заперечує все, що їй пропонують. Такою поведінкою дитина намагається самоствердитися як «Я-особистість». В цей період батькам важливо мати витримку та міцність слова. Варто дитині дозволити виявляти самостійність в ситуаціях, коли це є можливим та навіть необхідним. Наприклад, дати змогу дитині самостійно вибрати одяг чи одягтися в садочок , на прогулянку. Необхідно звичайно чітко визначити рамки дозволеного: дати зрозуміти, що можна робити, а що ні. І це стосується, перш за все, самої безпеки дитини і її взаємостосунків з іншими людьми.

**Дитина завжди просить про те, в чому вона має потребу, а зрозуміти, що саме їй необхідно, - головне завдання дорослих.**