

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
«Детский сад комбинированного вида №104 «Рукавичка»

## Консультация для педагогов: «Как бороться с истерикой у ребенка»



Подготовила: педагог-психолог Богданова А.А.

Краснодар, 2023

Истерики у детей бывают двух видов – **произвольные** и **непроизвольные**. В первом случае малыш действительно показывает характер, что-то хочет получить и просто не видит другого способа. Он кричит, стучит ногами и руками, трясет головой, при это прекрасно отдавая себе отчет в том, что именно он делает. Если однажды ребенок добился своего путем такой истерики, он возьмет это на вооружение, и будет все чаще и чаще. Что делать в этой ситуации? Предоставить ребенку право выбора. Спокойно объяснить, что вам не нравится такое его поведение, предупредить о возможном наказании (например, лишении возможности посмотреть мультики или пойти в парк), а потом, если малыш не успокоился, осуществить наказание. Таким образом, у ребенка есть выбор – кричать дальше и лишиться чего-то приятного или взять себя в руки и разрешить конфликт миром.

Физически в этой ситуации наказывать нельзя! Это сделает малыша еще более агрессивным. Убедившись в неэффективности истерики как инструмента для получения личной выгоды, ребенок постепенно перестанет капризничать.

Непроизвольные истерики – процесс, протекающий на гормональном уровне. Малыш не в состоянии контролировать свое поведение и свое тело из-за резкого выброса гормонов стресса. Уговаривать в этой ситуации бесполезно, так как ребенок попросту вас не слышит. Что делать? Опять же успокоиться. И только потом переходить к делу.

В состоянии неконтролируемой истерики ребенку важен тактильный контакт. Попробуйте взять его на руки, обнять, погладить по голове. Говорите с ним тихим, голосом, описывайте что-то не имеющее отношения к происходящему: «Вон птички на окошко сели», «Смотри, какое сегодня солнышко, может, погуляем?». Не так важно, что именно вы будете говорить. Главное — тактильный контакт.

Когда ребенок успокоится, нужно обязательно постараться выяснить, что произошло. Используйте для этого наводящие вопросы: «Тебя что-то расстроило?», «Ты испугался?» и т.д.

### **Причины истерик.**

В жизни ребенка есть определенные критические периоды, когда от родителей требуется особое внимание. «Истерика» с точки зрения медицины – нервное возбуждение, припадок. Сопровождается слезами, криками, судорогами.

### **Физиологические причины**

У ребенка до 3 лет истерические припадки обусловлены незрелостью головного мозга. У ребенка 2 лет недостаточно развита речь и жестикуляция. Он еще не может адекватно оценивать ситуацию и совершать правильные действия. Однако пытается отстаивать свою позицию, негативно относится к требованиям родителей. В критический период такие эмоциональные состояния как гнев, ярость нарастают очень быстро. Ребенок перестает себя контролировать и не слышит обращенные к нему слова.

### **Приступы неконтролируемого поведения могут спровоцировать:**

дискомфорт от голода, жажды, болей, духота и перегрев;  
переутомление после слишком активных игр, длительных прогулок, поездок;

перевозбуждение после праздников, походов по магазинам и других насыщенных эмоциями событий;

конфликтные ситуации из-за неумения разъяснить свои желания окружающим и отсутствия навыков коммуникации;

плохое самочувствие, когда болезнь только начинается, недомогание.

Особое внимание нужно обращать на приступы неконтролируемого поведения у грудничков, когда их трудно успокоить. Иногда истерики без видимой причины связаны с проявлением психических или нервных расстройств

Консультация с врачом поможет выявить причину нарушения и вовремя начать лечение.

### **Ошибки в воспитании**

Чем старше становится ребенок, тем более осознанно его поведение. У него появляются новые интересы и желание быть независимым. Ему становится недостаточно того, что было позволено раньше. Он прекрасно понимает, что достигнуть цели можно, если «закатить истерику».



**Промahi родителей, из-за которых ребенок сознательно начинает истерить:**

очень строгие запреты, часто совершенно необоснованные, злоупотребление родительской властью;

родители разрешают все, и ребенок не знает слово «нельзя»;

отмена запрета после начала приступа истерики;

конфликтная ситуация, когда один из родителей что-то запрещает, а другой тут же дает разрешение;

поощрение манерности, актерствования и других черт демонстративного поведения;

недостаток внимания, ласки и любви, пренебрежительное отношение со стороны близких или приказная угрожающая интонация;

ссоры и скандалы в семье;

### **Характер и темперамент ребенка.**

Часто склонность к истерикам объясняется особенностью характера и темперамента ребенка. Некоторые дети легко возбудимы, вспыльчивы и агрессивны. Другие плачут и истерят по любому поводу. Существует понятие «истерический характер» и гиперактивность. Такое поведение часто используют для привлечения к себе внимания. Стараются быть более заметными. Один из

способов – бурная истерика, которая быстро заканчивается, если рядом нет «зрителей», и настроение меняется очень быстро.



Малыши с высокой нервной возбудимостью, подверженные различным страхам и фобиям, часто преувеличивают свои переживания.

#### **Причины истерик у детей:**

Повышенная возбудимость;  
Неустойчивое настроение;  
Излишняя впечатлительность;  
Внушаемость;  
Эгоизм.

Давайте разберемся и поймем для чего же на самом деле ребенку истерика и как с ней бороться.

1. Почему малыш устраивает истерику? Истерическое состояние для ребенка это состояние стресса. Такое же, как и у его родителей во время его истерики. И это, не потому что ребенку нравится так себя вести, и уж точно не назло родителям. Своим поведением малыш пытается добиться своего. Но это только сначала! И если взрослые, не выдерживая идут на поводу у ребенка: «На! Только не плачь!» он обязательно начнет этим пользоваться. Вывод: не упустить! Не идти на поводу! НЕТ – значит - НЕТ!

2. Как пресечь истерику ребенка? Если вы, все-таки упустили этот момент и ваш малыш уже «пользуется» Вами, запаситесь терпением и научитесь правильно себя вести с ребенком во время его истерик. Что же вы должны сделать, чтобы истерика больше не повторялась?

- помните о причинах первых истерик и постарайтесь предугадать капризы своего малыша. Согласна, сделать это не просто, но, если малыш каждый раз видя ваш телефон (другой предмет) требует его со слезами...во избежание истерик просто уберите его из зоны видимости малыша.

- не пускать развитие истерики на самотек, когда ребенка уже невозможно будет контролировать. - следить за состоянием ребенка и постараться отвлечь его уже на стадии беспокойства и раздражения, переключив внимание малыша на что-то другое. Постарайтесь успокоить малыша, взяв его на руки, обнимите, поцелуйте и т. д.

- говорите с ребенком присев на колени, что бы он чувствовал, что вы с ним на одном уровне. Не ругайте его и, не в коем случае не кричите. Говорите спокойно и тихо.

3. Истерика – недопустимое поведение. Ребенку с самого начала надо дать понять, что вы не будете терпеть подобное поведение. Лучший способ – прекратить общение с малышом до тех пор, пока он не успокоится, демонстративно не реагируя на его поведение, чтобы он не делал. Физическое наказание и крики только усугубят ситуацию. Как только ребенок поймет, что никто не реагирует на него, малыш сам прекратит истерику.

4. Нет зрителей – нет истерики Начавшего истерику ребенка, желательно сразу увести в место, где можно изолировать его от взрослых и случайных зрителей. Если истерика в магазине или в другом людном месте, то нужно постараться увести его от игрушек, сладостей, от других детей до полного его успокоения – он быстрее поймет, что такое поведение недопустимо. И главное: взрослый сам должен быть спокоен и не возмутим! Однако нельзя оставлять ребенка одного в темной комнате или чулане, чтобы у него не появились различные фобии. Оставайтесь с малышом, постарайтесь его приласкать и успокоить.

5. Реакция взрослых на истерику должна быть постоянной Взрослым надо сразу выбрать, как они будут вести себя с ребенком в случае истерики и не менять свое поведение. Малыш должен понять, что его поведение бесполезно, а капризы и истерики ни к чему не приведут. Бывает, что ребенок, кроме родителей, устраивает истерики другим взрослым – няне, бабушке или воспитателям. В этих случаях нужно заранее договориться, как они должны себя вести при истерике, чтобы они не потакали капризам, а помогли вместе исправить поведение ребенка.

6. Научите ребенка выражать свое недовольство. Взрослые должны помочь ребенку научиться выражать свое состояние словами. Маленькие дети еще плохо управляют своими эмоциями и часто бурно проявляют свое недовольство, если их не понимают взрослые или у них что-то не получается. Став союзниками малыша в проявлении своих чувств, взрослые начнут лучше его понимать, а малыш будет больше им доверять.