

# КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## «Детские капризы или истерика у ребенка: как отличить и что делать?»

*Подготовила воспитатель  
Струтинская Ольга Александровна*

Процесс развития и взросления ребенка не происходит сразу в один миг. Ребенок переживает «возрастные кризисы». В периоды между кризисами способности и умения детей совершенствуются. Все больше действий он может выполнить самостоятельно. А родителям и бабушкам, дедушкам все время кажется, что ребенок нуждается в их постоянной опеке, что он еще совсем малыш. Но дети начинают «протестовать». Так возникают противоречия между новыми возможностями детей и прежним отношением к ним взрослых. Ребенок может начать капризничать, проявлять упрямство.

Психолог Л.В. Выготский выделяет несколько кризисных этапов:

кризис новорожденности— младенческий возраст (2 месяца - 1 год)

кризис 1 года

раннее детство (1—3 года)

кризис 3 лет

дошкольный возраст (3—7 лет)

кризис 7 лет

школьный возраст (7— 13 лет)

кризис 13 лет

пубертатный возраст (13—17 лет)

кризис 17 лет

В возрасте от года до 3-ех лет истерики проявляются особо остро. Могут повторяться до 10-15 раз за день. К 4-ем годам частота таких истерик снижается; при условии, если родители не потакали во всем любимому чаду.

Если родители неправильно реагируют на проявления истерики, то такое поведение закрепляется у ребенка, и к подростковому возрасту формируются истерические черты характера.

#### Чем капризы отличаются от истерики?

Каприз – это когда ребенок под влиянием сиюминутного желания пытается добиться от родителей выполнения своей прихоти. Например: «Купи эту игрушку! Купи! Я хочу!». И будет топтать ногами, громко кричать, привлекать к себе внимание бросанием игрушек на пол. Или демонстративно молча отворачиваться. В этот момент ребенок как бы проверяет на «прочность родителей». Но, несмотря на такое поведение, ребенок слышит и понимает родителей.

Истерика проявляется бурно, иногда пугая родителей. Ребенок может кататься по полу, судорожно выгибаться, даже биться головой об стену, очень громко кричать. При этом у ребенка краснеет кожа, он потеет. В этот момент он не слышит обращенной к нему речи, ни на что не реагирует. После истерики ребенок может долго всхлипывать, проявлять признаки усталости, плохого самочувствия.



## Что делать родителям?

- Во время истерики ребенка старайтесь соблюдать спокойствие. Можно отойти подальше, но лучше не оставлять его одного. Ребенок может испугаться или в порыве истерики поранить себя.
- Не кричать, не шлепать ребенка, не трясти. В этот момент родитель сам может сорваться, а это только ухудшит ситуацию.
- Не надо что-то объяснять в этот момент ребенку, пытаться его вразумить. Это бесполезно.
- Если причиной истерики стал отказ ребенку в чем-либо, то нельзя отменять свой запрет. Иначе ребенок быстро поймет, что всего можно добиться, падая на пол и поднимая ужасный ор.

Бывает, что истерика произошла в месте, где требуется тишина. Например, во время детского спектакля или, если рядом находятся больные старые люди, грудные дети, беременные женщины, очень большое количество народа. В этой ситуации разумно будет увести ребенка. Если такой возможности нет, например, в транспорте, попробуйте телесный контакт с ребенком. Обнимите, гладьте по голове, можно прошептать ласковые слова ему на ушко. Можно использовать эффект неожиданности «Ой, что это за птица полетела!», «Где наша интересная книжка, которую мы собирались почитать? Давай вместе поищем»

После окончания истерики не начинайте сразу отчитывать ребенка за плохое поведение. Но, если ребенок обращается к вам, что-то спрашивает, не игнорируйте его. Отвечайте спокойно, короткими фразами, давая понять, что вы расстроены.

Для обсуждения поведения ребенка психологи рекомендуют подождать минут 10-15. За это время успокойтесь и вы и ребенок. Больше ждать так же не имеет смысла, так как у детей дошкольного возраста кратковременная память. Через полчаса он забудет причину своей истерики.

Теперь можно обозначить проблему. «Я понимаю из-за чего ты так рассердился. Ты хотел еще погулять, а нужно было возвращаться домой. Но ты же знаешь, дома ждала нас мама, чтобы вместе пообедать». Или «Тебе очень хотелось

покататься на Сережином самокате, но он не разрешил. Да, ты расстроен. Но это Сережин самокат».

Таким образом вы учите ребенка распознавать его чувства, эмоции. Даете понять ребенку, что есть границы поведения, за которые не следует переступать. Да, родителям сложно пережить периоды истерик детей. Но чем старше будет становиться ребенок, тем чаще он будет осознавать, что истерить не имеет никакого смысла.

#### Профилактика истерик у ребенка

- ✓ Соблюдайте режим дня, создайте перед сном спокойную атмосферу.
- ✓ Следите, чтобы ребенок не испытывал чувство голода или жажды.
- ✓ Предотвращайте перевозбуждение ребенка во время активных игр.
- ✓ Предоставляйте ребенку возможность проявить самостоятельность.
- ✓ Не говорите ребенку постоянно «нельзя».
- ✓ Предоставляйте право выбора ребенку (какую кофточку ты хочешь одеть сегодня- синюю или зеленую, куда пойдём гулять - на детскую площадку или к морю).
- ✓ Дайте ребенку достаточное время для игр, любимых занятий.
- ✓ Уделяйте ребенку время, разговаривайте с ним, чаще обнимайте и говорите, что вы его любите.

#### **Литература:**

1. Волков Б.С., Волкова Н.В. Детская психология. М., 2000.
2. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. «Эксмо», 2005.
3. Корнеева Е.Н. Детские капризы и как с этим бороться. «Мир и образование», 2012.
4. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов. М.: Академия, 2000.