

«Нет! Нет! Нет!»

К двум годам, как правило, у ребенка случаются первые истерики. Да, эти вспышки могут быть пугающими и неприятными, но это нормальная стадия развития. Малыш справляется с ситуацией наилучшим для него образом, но и вам необходимо знать, когда и как вмешаться.

СИТУАЦИЯ | Ребенок отказывается идти с вами в магазин.

РЕБЕНОК ГОВОРIT

«Нет! Нет! Нет!»

Истерики случаются, когда ребенок чувствует себя подавленным (испытывая стресс и не зная, как с ним справиться) или расстроенным (когда ему не позволяют делать то, что он хочет, или он не может получить желаемого). Верхние отделы мозга малыша еще не настолько развиты, чтобы он мог справиться с сильными эмоциями.

СМОТРИТЕ ТАКЖЕ

«Не буду капусту!»: стр. 42–43
«Я хочу сейчас!»: стр. 66–67

О ЧЕМ ДУМАЕТЕ ВЫ

«Почему он переживает из-за таких пустяков?»

Я не знаю, как вести себя в таких ситуациях».

Первая истерика ребенка может расстроить и напугать, а уж если это произойдет на публике!.. Все попытки успокоить оканчиваются ничем, и вы закипаете от гнева. Поверьте, подобные вспышки — не проявление неуважения к вам. Просто ребенок пока не умеет по-другому выражать эмоции.

О ЧЕМ ДУМАЕТ РЕБЕНОК

«Не хочу никуда идти! Хочу остаться здесь и играть!»

Если ребенок расстроен или подавлен, то его вспышка усугубляется тем, что он не может выразить свои чувства словами. Истерика — единственный известный ему способ отреагировать на ситуацию, но со временем и с вашей помощью такие вспышки пройдут.

КАК РЕАГИРОВАТЬ

Прямо сейчас...

1

Безопасность — прежде всего. Убедитесь, что ребенок не ударится, не ударит кого-нибудь, ничего не разобьет. Возможно, понадобится освободить пространство или унести ребенка в другое место.

2

Будьте рядом. Оставайтесь неподалеку, не пытайтесь заговорить, пристыдить или поймать взгляд ребенка. Сохраняйте спокойствие, и ему будет проще отвлечься.

3

Обеспечьте путь к выходу из истерики. Когда худшее будет позади, то ребенок сам захочет, чтобы его успокоили. Поощряйте его мягким голосом и ласковыми прикосновениями.

На будущее...

Придерживайтесь разумных границ. Постарайтесь убедить ребенка, что истерика — не лучший способ получить то, что хочется.

Дети любят предсказуемость. Привычные ритуалы, возможность выбора из двух вариантов, заблаговременные предупреждения о переходе к новым действиям помогут предотвратить истерики.



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

