**Детские истерики. Что делать?**

Для того чтобы справиться с детскими истериками и начать эффективно обучать своего ребенка, полезно знать **несколько правил**:

1. Маленькие дети ***ведут себя так, как им позволяют вести себя родители***. Малыш в возрасте до года чувствует, как меняется поведение родителей, в зависимости от того, как он себя ведет.



2. Зачастую капризы, истерики и хулиганство связаны с желанием ребенка ***привлечь к себе внимание родителей***, наладить эмоциональный контакт.



Даже если родители ругают ребенка за неправильное поведение - малыш чувствует, что родители "видят его" в этот момент. Получает удовольствие от общения на доступном ему уровне.

Необходимо искать пути налаживания эмоционального контакта другими способами. Например: ежедневные ритуалы чтения книги или беседы. Даже если ребенок не понимает обращенную речь - он слышит мамин голос и ощущает в этот момент эмоциональный контакт. Обычно этого достаточно, чтобы почувствовать себя значимым для родителей.



👉3. Часто капризы ребенка связаны с ***нестабильным эмоциональным состоянием малыша***. Новые ситуации и непонятные эмоции вызывают у ребенка состояние сильного дискомфорта. У неговорящего ребенка нет другой возможности рассказать о своих ощущениях.

Необходимо учить малыша анализировать свои ощущения и говорить о них на доступном для ребенка уровне. На первоначальном этапе обучения можно использовать смысловые жесты, картинки с предметами и глаголами.



👉4. Эмоции, связанные с внутренним дискомфортом забываются после того как выплескиваются. Эти эмоции ребенку необходимо ***пережить и успокоиться самостоятельно***. Тем самым у ребенка формируются волевые качества личности. Если родители испытывают чувство вины за регулярные слезы ребенка, пытаются его пожалеть и успокоить, дать конфетку - малыш быстро начинает понимать: "Чтобы меня пожалели, оставили меня в покое - нужно поплакать".



☀Лучше всего отойти в сторону, подождать когда ребенок успокоиться и объяснить ему причину происходящего. Полезно проговаривать для ребенка эмоции, которые ощущает сам ребенок из-за неудовлетворенных желаний и чувствует мама во время подобных истерик.

☝Интонация когда происходит объяснение ребенку происходящего должна соответствовать ситуации. Я сержусь - строгая интонация; я вижу, ты обиделся - сочувствие и т.д. Во время бурного проявления эмоций, ребенок часто не в состоянии понять то, что ему говорят, но очень чутко реагирует на интонацию.