

Как вести себя, когда ребенок находится в истерической дуге

1 Следить за сигналами до истерики

Ребенок может начать истерить неожиданно. Но часто дети заранее начинают вести себя по-особому: хныкать, ворчать, качаться на стуле, резко двигаться. На лице перед истерикой возможны поджатые или дрожащие губы, нахмуренный взгляд исподлобья, слезы в глазах, краснота или бледность. Постарайтесь «поймать» этот момент и отвлечь ребенка, переключить его внимание с помощью доминирующего канала его восприятия – используйте любимую книжку, музыкальную игрушку, тактильное воздействие

2 Игнорировать истерическое состояние

При истерической дуге делайте вид, что не обращаете внимания на ребенка. Просто будьте поблизости и ждите, когда она закончится. Ребенок увидит, что его истерика не изменила ваше отношение к ситуации, и тогда он прекратит ее, начнет искать «заменяющее» поведение

3 Сохранять спокойствие

В момент истерики ребенка ничего не доказывайте ему, не повышайте голос, не паникуйте, не жалейте его. Ровным тихим голосом скажите: «Я понимаю, что ты хочешь эту игрушку, ты обижаешься на меня, что я ее тебе не даю, но...» Этим вы покажете ребенку, что вы его понимаете

4 Вовлечь второго взрослого

Часто помогает, когда в момент истерики ребенка приходит взрослый, которого не было при ее начале. Второму взрослому легче остаться спокойным, показать ребенку свое понимание и переключить его на что-то другое

5 Вызвать скорую помощь

Когда ребенок долго находится в истерической дуге, приступы истерики у него проявляются часто, а родители не выполняют рекомендации педагога-психолога по вопросу истерик, важно вызывать скорую помощь. Предварительно согласуйте это решение с руководством

6 Обозначить ребенку проблему

Когда ребенок успокоится, выясните причину его капризов – как ее понимает сам ребенок. Скажите, например: «Ты рассердился, потому что...», «Тебе было трудно дождаться... но у нас по расписанию должно было быть... а потом...»