

## *Детские истерики и капризы*

### *Если у ребенка истерика*

- ◆ Если у ребенка истерика, то никакие просьбы, порицания не помогут. Что вы можете сделать, это:
- ◆ дать ребенку возможность «прокричаться»;
- ◆ обезопасить место, где он «бушует», убрать все колющие, режущие и бьющиеся предметы;
- ◆ показать своим видом, что вас это очень огорчает;
- ◆ принять истерику спокойно, самому не «заводиться»;
- ◆ если это возможно, обнять его, посадить на колени;
- ◆ делать ритмичные, повторяющиеся действия (гладить по голове, по спине, по руке), это успокаивает;
- ◆ или тихо на ухо рассказывать его любимые сказки;
- ◆ если это невозможно, то выйти из комнаты: он прибежит к вам, ведь истерика — для вас, на «публику»;
- ◆ или поверните его за плечи и выведите из комнаты спокойно и твердо;
- ◆ когда ребенок затихнет, обратите его внимание на последствия истерик:
  - разбросаны игрушки;
  - сам ребенок мокрый, красный;
  - да и у вас «голова заболела», вы огорчились таким поведением;
- ◆ скажите, что такого от него не ожидали; вчера ребенок так не делал, и никто не огорчился.
- ◆ А главное — узнайте, в чем причина истерики, и в следующий раз попробуйте ее предотвратить. Найдите компромисс.

## Если ребенок закатывает истерику в магазине

- ◆ Заранее обговорите с ребенком, что вы будете покупать в магазине, что надо купить ему.
- ◆ Попросите его помочь выбрать покупку для вас или продукты для обеда.
- ◆ Возьмите с собой новую игрушку, конфету — это поможет отвлечь его.
- ◆ Скажите, что вместо большой машинки купите симпатичную маленькую.
- ◆ Дайте ему денег — пусть он сам заплатит за свою покупку.
- ◆ Ну а если эти приемы не помогают, то лучше вообще не брать его в магазин.