

Возрастные психологические особенности младшего школьника от 6 до 10 лет

Детские истерики

Истерия - патологическое состояние психики человека, характеризующееся повышенной внушаемостью, слабостью сознательной регуляции поведения. Для истерии характерно несоответствие между малой глубиной переживаний и яркостью, гипертрофированностью их внешних выражений: громкие крики, плач, мнимые обмороки, выразительные жесты по поводу незначительных, в действительности мало волнующих истерика событий. Стремление любым способом привлечь к себе внимание, театральность и манерность поведения, «игра в переживания» — типичные проявления истерии.

Родителям

Родителям часто приходится сталкиваться с истериками ребенка. Причем, когда окружающие становятся осуждающими свидетелями такого поведения, то взрослые, как правило, начинают стыдиться и пытаются посредством повышения голоса на ребенка успокоить его, что, в свою очередь, провоцирует его эмоциональную реакцию еще больше. Как же справляться с детскими истериками?

1. Старайтесь предугадывать истерику у ребенка, если замечаете, что вот-вот начнется, то сразу переключите его внимание на другого человека, предмет или событие. Используйте фразу: «Вижу, что ты очень устал! Давай пройдемся (отвлечемся)?».

2. Если у ребенка истерика началась в людном месте, то необходимо найти спокойное и уединенное место, где он сможет прийти в себя и где нет других детей, игрушек, гаджетов и телевизора. В такой ситуации можно сказать: «Мы сможем с тобой поговорить только тогда, когда ты успокоишься». Нужно понимать, что во время истерики с ребенком разговаривать бесполезно. Также не шлепайте его, не пытайтесь уговорить, не кричите на него. Просто не разговаривайте и даже не смотрите на него, пока все не пройдет.

3. После успокоения ребенка необходимо с ним поговорить и обсудить произошедшую ситуацию, выяснить причину и обозначить действия, которые необходимо совершать в будущем для предотвращения истерики.

4. Где бы истерика ни была, Вам абсолютно везде нужно применять одинаковую тактику. Ребенок должен запомнить, что при его бурных эмоциональных реакциях родители не вступают с ним в спор, диалог и взаимодействие.

5. Расскажите ребенку, что на самом деле существует огромное количество разных эмоций. Можете вместе нарисовать смайлы с разными выражениями лица. Учите ребенка определять эмоции в себе и уметь их обозначать вместо истерики. Например, используйте фразу: «Я сейчас злюсь», «Мне не нравится это», «Я чувствую себя уставшим, грустным» и т.д.

6. Следите и сами за своим поведением в семье. Очень важно быть спокойными и адекватно реагировать на различные ситуации. Если ребенок видит, что родители истерят, то ребенок будет продолжать брать негативный пример с них.

7. Если Вы замечаете, что ребенку даже нравится истерить прилюдно и он даже получает удовольствие от этого, то попробуйте отдать его в театральную кружок, так как такое поведение может быть связано с демонстративным типом личности ребенка.

8. Когда ребенок истерит для того, чтобы что-то получить, то необходимо научить его слышать с первого раза слово «Нельзя». Истеричное поведение часто наблюдается у избалованных детей, поэтому он должен знать, что если Вы говорите: «Нет» или «Нельзя», то уже ничто не изменит Вашего решения.

9. В случае, когда ребенок может нанести себе вред во время истерики, то попробуйте его крепко-крепко обнять и не отпускать, хоть он и будет пытаться еще минуты 2 сопротивляться. Объятия взрослого дают ребенку чувство безопасности и контроля, отсутствие которых как раз и может быть причиной истерических проявлений.