

РЕБЕНОК ЗАКАТЫВАЕТ ИСТЕРИКУ НА ЗАПРЕТ?

👉 Метод переключения. Обратите внимание ребенка на яркие книжки, домашних питомцев, вид из окна, любимые игрушки.

👉 Озвучивание эмоций. Проговорите ребенку то, что он чувствует и причину, вызвавшие эти эмоции. "Ты сердишься, потому что я не отпустила тебя гулять".

👉 Сохраняйте собственное спокойствие. Не следует повышать голос, применять физическую силу, поддаваться общему напряжению. Присядьте рядом с ребенком, чтобы быть на уровне его глаз. Спокойно, но уверенно объясните, что вы разделяете его чувства, но так вести себя нельзя.

👉 Не оставляйте ребенка одного, будьте рядом. У ребенка не сформированы достаточно процессы саморегуляции, поэтому он нуждается в вашем присутствии.

👉 Тактильный контакт. Порой для завершения истерики достаточно крепко обнять ребенка и совершать вместе с ним покачивающие движения. Эффективным способом является переход на шепот.

👉 Подведение итогов. Не следует сразу после завершения истерики приступать к воспитательным беседам. Дайте ребенку некоторое время осмыслить произошедшее. Не игнорировать, но держать некоторую эмоциональную дистанцию, чтобы ребенок понял ваше недовольство.