

## ИСТЕРИКА или МАНИПУЛЯЦИЯ?



Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физиологической) они сопровождаются.



### Задумайтесь над причиной истерики ребенка:

1. Ребенку не хватает вашего внимания, и он таким способом стремится завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется и во взрослой жизни);

2. Ребенок манипулирует вами, он привык таким способом добиваться всего, что он хочет. Отличить манипуляцию нелегко, но понаблюдайте за своим ребенком: как именно он плачет, что помогает ему успокоиться. Если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребенку понять, что вы не одобряете его действия;
3. Ребенок устал, хочет спать, он голоден: искорените причину, и истерика пройдет.



**Главное средство от истерик – не впадать в такое же неистовство, пытаться сохранять спокойствие, выразить свое сочувствие ребенку:**

*«Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе...», «Я знаю, как это обидно»; «Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой, что произошло».*

Ребенок не услышит вас с первого раза, но, повторив эту фразу раз 20, вы достигнете до своего малыша и он будет благодарен вам, что вы не дали волю своим чувствам (а как хотелось!). Договорите с ребенком, выясните причины его поведения.

Попытайтесь прижать ребенка к себе и ждать, когда все закончится, выражая свое сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой.

Дети 3 - 5-ти лет вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло.

Конечно, объяснить что-либо громко кричащему ребенку очень трудно. По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию. Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребенка, его (бабушкин, дедушкин, папин, мамин, тетин) характер.

## Советы родителям

Очень важно не переборщить, стремясь уберечь себя от пляски под дудку ребенка-манипулятора. Некоторые родители считают, что лучший способ пресечь попытки давления со стороны сына или дочери – игнорировать их. Такое поведение дети могут расценить, как равнодушие по отношению к ним и к их потребностям. В итоге мы получаем детскую обиду, замкнутость, озлобленность, а в худшем случае еще и депрессию, спровоцированную неверным выводом: «Я для них – пустое место. Меня не любят».

- Будьте уверены в своей правоте. Для этого мысленно обозначьте четкие границы: «хорошо» и «плохо», «дозволено» и «неприемлемо». Эти границы помогут вам принимать решение, они ни в коем случае не должны быть нарушены внешними обстоятельствами;
- Установите для ребенка только основные и самые важные границы. Внутри них предоставляйте ему свободу – не стоит запрещать все подряд;
- Уважайте мнение ребенка, но при этом объясняйте, что окончательное решение принимаете вы – взрослый;
- Будьте честным и открытым, соблюдайте принятые в семье правила, а если допустили ошибку – признайте ее;
- Признавайте право ребенка на негативные эмоции, когда он не получает то, чего хочет, не ругайте его за истерики, но при этом не идите на уступки;
- Контролируйте свои эмоции и всегда сохраняйте спокойствие в общении с ребенком;
- Сохраняйте (или восстановите) доверительные отношения с ребенком, чаще говорите о том, как сильно вы его любите.

Помните, любая манипуляция ребенка направлена на привлечение вашего внимания. Если капризы, вранье и разного рода психологические уловки со стороны сына или дочери участились, подумайте, достаточно ли тепла и ласки вы дарите своему чаду? Возможно, настал подходящий момент для положительных изменений, которые еще больше сблизят вас с ребенком.

**Вывод: чаще беседуйте с ребенком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.**

Подготовила: педагог-психолог  
МБДОУ «Детский сад №53»  
Егорычева А.О.