**ИСТЕРИКИ**

Совсем маленькие дети закатывают истерики пото­му, что им часто не хватает слов, чтобы выразить свои нужды. Неудовлетворенность от непонимания накапливается и выливается в слезах и криках. Ребе­нок дошкольного возраста, который регулярно зака­тывает истерики, и который не страдает задержками языкового и умственного развития, возможно, на­ходится в стрессовом состоянии. Причин этому мо­жет быть множество — слишком высокие или слиш­ком низкие требования взрослых, пренебрежение к его потребностям или жестокие наказания, раздор в семье, физическое недомогание, связанное с силь­ными болями, чрезмерная избалованность или не­хватка социальных навыков.

**Как предотвратить проблему**

1. Подумайте, как предоставить детям достаточно возможностей для выхода чувств и эмоций.
2. Эмоциональных срывов будет меньше, если вы дадите ребенку возможность действовать по собственному плану и разумению (с вашей поддержкой и присмотром), т.е. не будете подавлять его инициативу и самостоятельность.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Старайтесь не обращать внимания на истерики, только сле­дите, чтобы проблема осталась в пределах безопасности. По­мните, что цель такого поведения — добиться желаемого или «выпустить пар». В любом случае, если вы обращаете на исте­рику внимание (неважно, позитивное или негативное), вы способствуете тому, чтобы такие вещи происходили чаще.

Если своей истерикой ребенок приводит в замешатель­ство окружающих, то быстро отведите его в сторону по­дальше от «зрителей». Спокойно скажите ему: «Бывает так, что человек очень сильно сердится, и это нормально. Но совсем НЕ нормально, когда этот человек начинает ме­шать всем остальным. Когда ты почувствуешь, что успо­коился, можешь вернуться к нам (к детям)».

Попросите, чтобы вместе с вами за ребенком понаблюдали более опытные люди, — возможно, вы, сами того не ведая, делаете нечто такое, что провоцирует ребенка на истерики.

Обсудите возможные причины такого поведения с дру­гими членами семьи. Вместе подумайте над тем, как ре­шить эту проблему.