**Истерики и что с этим делать.**

Детские срывы и истерики выбивают из колеи даже опытных специалистов и родителей. Видимо поэтому один из самых популярных запросов в поисковиках — детские истерики, само повреждающее поведение и агрессия.  
  
Одни считают, что дети ведут себя так, потому что их неправильно воспитывали, другие, что у них такие гены, третьи, что виной всему аутизм. Доля правды во всем этом, конечно есть. Но полезнее рассматривать неприемлемое поведение, как следствие дефицитов определенных навыков. Ведь тогда мы поймем, что вызывает у ребенка столь бурные реакции и чего ему не хватает, чтобы справиться с переживаниями.

Иногда детские истерики могут быть следствием того, что ребенок взрослеет, требует большей независимости, проверяет границы, исследует окружающий мир. Но даже в этом случае, можно помочь ребенку добиваться своих целей более продуктивным способом.  
**Поведенческие аналитики, которые специализируются на проблемном поведении детей рекомендуют следующие стратегии реагирования на истерики ребенка:**

1. ***Не поддаваться***.

Да, мы знаем, как велико искушение остановить истерику, особенно, если она разыгралась в публичном месте. Но поддавшись, мы подтверждаем ребенку, что истерики — это способ решения задачи, и укореняем это поведение.

1. ***Сохраняйте спокойствие.***

Наши эмоциональные реакции усиливают гнев и переживания ребенка, а это, как следствие, усугубляет поведение. Спокойное реагирование не подкрепляет нежелательного поведения и само по себе служит для ребенка моделью того, как справляться с фрустрацией наилучшим образом.

1. ***Игнорируйте нежелательное поведение и поощряйте желаемое.***

Известно, что даже негативное внимание со стороны взрослого может подкрепить импульсивные действия ребёнка. Поэтому, замечайте и хвалите то поведение, которое надо поддерживать и закреплять. Это принесет намного больше пользы.

1. ***Будьте последовательны.***

Ребенку должно быть понятно, что каждое его действие имеет определенные последствия. Если вчера было что-то можно делать, а сегодня стало нельзя, если вчера он за крик не получил конфету, а сегодня вы ему её дали, то ребенку не будет очевидна связь поведения с результатом.

1. ***Отложите разговоры на более спокойное время.***  
   Лучше не пытаться одергивать расстроенного ребёнка или вызвать к его здравому смыслу. Толку от разговоров и объяснений не будет, если его затапливают эмоции. Поэтому разбор ситуации и работу с социальными историями полезнее отложить на то время, когда буря уляжется.

Педагог-психолог Погорелая Е.В.