

Ближе к 3 годам совершенно неожиданно ребёнок закатывает истерики по любому поводу. Он падает на пол или начинает кричать, как будто его жестоко избивают, хотя вы всего лишь не купили ему печенье. Это нормальное и закономерное явление для детей возраста около 3 лет. Ребёнок может устраивать истерики чаще или реже, кричать громче или тише, но практически любой родитель сталкивался с ними в этом возрасте.

7 советов,

которые помогут предотвратить детские истерики

Создайте комфортную среду и дайте возможность заниматься

Создайте дома такую среду, в которой малыш сможет самостоятельно выполнять все обычные для него дела: одеваться, мыться, брать тарелку или наливать воду. Поставьте его посуду, стакан и кувшинчик с водой в доступном месте; поставьте в ванной комнате башню-помощника, чтобы он мог дотянуться до раковины, помыть руки и умыться.

Ребёнок должен быть занят интересной и подходящей ему по возрасту деятельностью: участие в повседневных делах, полезные для развития игрушки, материалы для творчества. Поставьте игрушки на открытые полки невысокого стеллажа, так их удобнее будет брать. Приглашайте ребёнка участвовать во всех бытовых делах, особенно если он просит об этом.

Предоставьте право выбора

Для детей 2—3 лет очень важно самостоятельно выбирать. Однако они часто теряются, если мы предоставляем слишком сложный выбор. Вместо того чтобы открыть шкаф и предложить выбрать одежду, положите перед малышом две футболки и спросите, какую он хочет надеть. Вместо того чтобы спросить: «Ты хочешь пойти гулять?», лучше скажите: «Мы идём гулять. Куда тебе хотелось бы пойти: на площадку или в парк?».

Помогайте узнавать и называть эмоции

Обучайте ребёнка узнавать свои эмоции. Когда вы видите, что ребёнок плачет, не стоит сразу успокаивать его или переключать внимание. Спросите малыша: «Тебе грустно? Тебе больно? Может быть, ты злишься?».