

ДИТЯЧА ІСТЕРИКА: ЧОМУ ВИНИКАЄ І ЯК ПОДОЛАТИ



Найчастіше істерики виникають у дитини надто розпещеної, обласканої, оточеної любов'ю, задарованої, особливо, якщо вона єдина в сім'ї. Усі бажання дитини батьки зазвичай неодмінно виконують. А якщо ні, вона змалку знає, що є такий чудовий спосіб вплинути на дорослих, як капризування. У таких випадках дорослі прагнуть розв'язувати всі проблеми «коханої» дитини – і не лише в дошкільному дитинстві, а й до самого вступу до вишу, а то й довше.



У результаті дитина зростає інфантильною, перед конфліктними і стресовими ситуаціями відуває повну розгубленість, тому й обирає перевірений нею спосіб захисту від неприємного - істерика.

Полярними до попереднього чинником, що провокує істерика, є жорстка вимогливість до дитини, якою сьогодні все частіше зловживають батьки. Вони обирають такий стиль виховання, по суті, з добрими намірами.



Адже життя непросте, і що раніше дитина звикне до організованості, навчиться досягати мети, що більше знань отримає, то успішною буде в житті, прагнучиме завжди до більшого, і як почуватиметься реалізованою і щасливою особистістю.

Звісно, схильність дітей до істерик залежить не лише від стилю виховання та сімейного клімату. Багато чого визначено заделегідь. Зокрема, схильність дитини до істерик може бути пов'язана з типом нервової системи. Слабка і невірноважена нервова система - додатковий чинник ризику. Значення має і темперамент. Так, холерики і меланхоліки більш схильні до істеричної поведінки, ніж флегматики і сангвініки.

Вікові періоди, що є "небезпечними" для появи істерик: чи не найбільше небезпека виникнення дитячих істерик загострюється з настанням так званих "криз вікового розвитку", зокрема у віці:

- **3 років** - перехід від раннього дитинства до дошкільного віку;
- **6-7 років** - перехід від дошкільного віку до молодшого шкільного;
- **11-15 років** - перехід від молодшого шкільного віку до підліткового.

У ці вікові періоди відбуваються кардинальні зміни психіки й функціонування організму, що теж може стимулювати появу істерик. Однак батькам варто пам'ятати, що криза вікового періоду є нормативним

Ліпше за все робити вигляд, що нічого не відбулось. Не потрібно її сварити, обговорювати те, що сталося і вимагати, щоб вона негайно прибрала розкидані речі. Але це зовсім не означає, що про подію потрібно забути. Навпаки!



ОБГОВОРЕННЯ НЕПРИЄМНОЇ СИТУАЦІЇ.

Після того, як напад істерики завершився, із дитиною обов'язково слід обговорити цей неприємний інцидент. Дитина старшого дошкільного віку уже здатна до діалогу, може пояснити свої бажання й небажання і водночас дослухатися до аргументів і побажань дорослого. Із дитиною молодшого дошкільного віку доречно проаналізувати ситуацію в процесі гри, попутно обговорюючи дії персонажів і те, як слід і не слід поводитися.

Ну, і насамкінець, можна поговорити з дитиною про те, як діяти, коли вона відчуває, що от-от "вийде із себе". Хороший спосіб уникнути істерики - запропонувати дитині порвати непотрібний журнал або намалювати свої емоції так, щоб ручка рвала папір.

Як налагодити взаємодію з гіпоактивною дитиною



- Розмовляйте з гіпоактивною дитиною завжди спокійно - не кваптеся і не підвищуйте голос.
- Пам'ятайте, що крик, роздратування, незадоволення ще більше уповільнюють дитину. Якщо її підганяти, вона починає нервувати, і рівень гальмування підвищується. Натомість якщо дати дитині можливість працювати в оптимальному власному темпі, якість і точність її діяльності будуть доволі високими.
- Налаштовуйте дитину на найближчі події як у щоденному побуті, так і щодо подій наступного дня.
- Завчасно попереджайте про те, коли вона має завершити ту чи іншу справу. Або ж давайте дитині додатковий час для того, щоб вони змогла доробити певне завдання без поспіху або переключитися з одного виду діяльності на інший.
- Хваліть дитину за те, що вона робить швидко, ефективно і без зволікання.
- Уникайте ярликів, подібних до того, коли повільних дітей зараховують до категорії ледачих чи із загальмованою реакцією. Натомість навчіться враховувати темп діяльності дитини під час взаємодії з нею.
- Давайте дитині лише одну вказівку за один раз. Не перетворюйте свої прохання до дитини на тривалий монолог. Вона не зможе сприйняти всю інформацію, тому доведеться знову все повторювати.
- Визначте постійні трудові обов'язки дитини на кшталт: складати одяг, прибирати іграшки після гри, тощо – та стежити за тим, аби дитина їх дотримувалася.

- Розробіть дитині чіткий режим дня. Повідомте їй, коли, що і в якій послідовності вона має робити.
- Виконуйте з дитиною спеціальні вправи, грайте в ігри, що сприяють розвитку швидкості рухових реакцій. Використовуйте ігрові елементи, коли необхідно, щоб дитина зробила щось швидко. Наприклад, позмагайтеся, хто швидше одягнеться; використайте для цього пісочний годинник тощо.

Як убезпечити дитину вдома



Діти виявляють значний інтерес до предметів, що їх оточують, зокрема до електроприладів, аудіо- та відеотехніки, вибухонебезпечних предметів. Аби дитина не травмувалася вдома, батькам слід провести цілий комплекс заходів, що сприятиме безпечному її перебуванню в усіх помешканнях - у кухні, ванній та спальній кімнатах, залі тощо.

Дитина дошкільного віку має повсякчас перебувати під наглядом когось із дорослих - батьків, бабусі чи дідуся, вихователя, няні. Тож не залишайте дитину вдома на тривалий час. Розмовляйте з нею, пояснюйте, які з навколишніх предметів можуть призвести до травмування чи становити загрозу для здоров'я. Привчайте дитину грати лише в безпечні ігри.

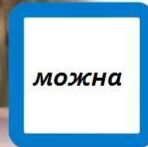


Поясніть дитині потенційну небезпеку

Поясніть дитині, чому їй не слід самостійно користуватися такими побутовими приладами, як газова плита, духовка, піч, розетки, електроприлади, брати до рук голки, ножиці тощо.

Зауважте дитині, що відкриваючи воду у ванній чи кухні, ліпше спочатку відкручувати кран з холодною водою, потім - з гарячою. Гарячу воду слід додавати поступово, щоб не обпектися.

- Наголосіть, що торкатися мокрими чи вологими руками до увімкнених електроприладів - пральної машини, чайника, фена тощо - не можна. Адже вода - хороший провідник електричного струму, тому, доторкнувшись до приладу, можна отримати удар струмом. На екрані увімкненого телевізора або компютера може зібратися статичний електричний заряд і тоді також може вдарити струмом.



Створіть умови безпечного перебування дитини вдома

Зачиняйте всі вікна і двері на балкон, за необхідності залишайте відчиненими лише кватирки або фрамуги.

Прибирайте з плити каstrюлі й чайники з гарячою водою - перекинувши їх, дитина може обпектися.

Перевіряйте доступність розміщення іграшок. Вони не повинні лежати на висоті, що перевищує зріст дитини.

Оскільки, намагаючись дістати іграшку, скажімо, з високої шафи, дитина може впасти й травмуватися.

- Вимикайте усі потенційно небезпечні для дитини електроприлади й за можливості ізолюйте їх від дитини.
- Сховайте подалі від дитини сірники, легкозаймисті предмети й ті, що легко б'ються.
- Зберігайте в недоступних дитині місцях ріжучо-колючі предмети, харчові кислоти, лікарські препарати, спиртні напої, сигарети, засоби побутової хімії, косметику, парфумерію тощо.