

5 приемов прекращения детской истерики

Как известно, тревоги, страх, чрезмерное переживание за ребенка отнимает у мамы нормальное настроение и состояние нормально относиться к любой ситуации.

1. Важно напомнить самой маме, сказав себе, что у ребёнка так тренирует свой голос.... ну к примеру проговорив себе : «наверняка он будущий певец, ах какой талантливый» (или придумать фразу, которая маме даст возможность сию секунду успокоиться самой и выбрать свою реакцию на истерику дитя)
2. Пусть ребёнок наорется до усталости, можно его при этом крепко обнимать, если он от вас что-то требует, и вы не собираетесь его требования выполнять, значит не выполняете, пусть продолжает истерить, пока не устанет и не уснёт (в этом процессе важно деточке дать понять, что вы как мама его очень любите, но также способны и делать то, что нужно вам)
3. Далее внимательно выслушиваете ребенка, после того, как он успокоился и очень спокойным голосом говорите о том, что ее малыш самый лучший, и мамочка его особенно радостна, когда и он и она умеют договориться. Для этого не обязательно слушаться маму, важнее всего ему радоваться маминому прекрасному настроению. И после похвалить ещё раз ребенка, при этом сохранив добрую улыбку на лице. Обнимашки и поцелуйчики обязательны в общении с вашим ребёнком
4. Дети зеркало своих родителей. Когда мы знаем как устроено наш мозг и как мы взаимодействуем, то чётко понимаем, что дети транслируют именно внутренние состояния Мамы. Поэтому Маме всегда важно напоминать себе, что она в любом случае хорошая, и что нет смысла стыдиться истерики своего малыша. И что ее деточка - тоже чудо. Когда мам не знает об этом, ее мозг в автоматическом порядке даёт ей оценку, и чаще это оценка из внутренних ощущений негативна, это вызывает сопротивление внутри. Согласно этим сопротивлениям ваше деточка перенимает мамины состояния и истерит. Этот процесс важно понимать каждой маме. Это позволит впредь ребенку не повторять истерики в общественных местах и в целом.
5. Так же важно маме помнить, что ребёнок транслирует своими истериками лишь мамины внутренние ощущения, которые она скрывает от себя и других. Важно разобраться маме, что мама хочет ощущать, сама для себя. И уже сменить свое настроение