**О детских истериках**

Родители часто с гордостью говорят о тех или иных методах воспитания, доказывают их верность результатом "у нас больше не бывает истерик" или "мы справились с нытьем", или "как прекратить плач". Как будто бы ребенок плачет, ноет, истерит или скандалит для своего собственного удовольствия или по привычке и не имеет право расстроиться. Ни один человек на свете не может существовать в перманентно позитивном состоянии, это просто не нормально. Почему мы все время пытаемся добиться этого от ребенка?  Не лучше ли дать ему возможность побыть и в расстроенном состоянии и научить его быть в нем, не считая это концом света, чтобы когда он станет взрослым, состояние «мне плохо», не расценивалось как показатель, что жизнь не удалась и вообще жить не стоит, а вместо этого спокойно изнутри понималось как «сейчас мне плохо, на то есть причины и это точно пройдет». Полезно говорить детям что-то вроде «ты злишься, ты обижен, ты расстроен, тебе плохо, это у всех бывает, у меня тоже так бывает, это ничего, мы все же люди, это пройдет».

Попробуйте применить ситуацию к себе. Вот если вам так плохо (не важно по какой причине), что вы срываетесь на детей, плачете в одиночестве, вам обидно, беспросветно и жаль себя, что вам поможет?  Поможет ли вам, если кто-то скажет: «Да брось, это все ерунда»? Нет! Потому что для вас это не ерунда. Поможет ли вам, если кто-то скажет: «Прекрати это нытье, ты не маленькая». Нет! Потому что вы не можете прекратить его, вам плохо. Поможет ли вам, если кто-то шлепнет, ударит вас? Нет! Станет только хуже. Почему же тогда все это и еще больше мы делаем с нашими детьми?

А что вам лично поможет? Скорее всего ласка, понимание, заверение, что вы любимы, что кто-то, какой-то важный для вас человек рядом с вами, что когда-то все наладится. Вам точно поможет: «Да, я знаю, что тебе плохо. Мне бы тоже было ужасно обидно в такой ситуации. Я тебя очень люблю. Все будет хорошо».

Поэтому, когда ребенок ушел за эту грань, когда эмоции его ведут, и он уже не мыслит разумно, садитесь рядом, и говорите: «Тебе ужасно обидно сейчас, я знаю. Я очень-очень сильно люблю тебя. Ты мой (моя) маленький (ая), мой/моя единственный (ая)» и так далее. И чем хуже ребенку, тем сильнее ему нужно знать, как вы его любите, какой он чудесный, умный, хороший, слышать о том, как он вам нужен столько, сколько он хочет это слышать.

Так вы не уговариваете его беду (а ведь их будет еще много) - это его беда. Ребенок должен сам найти способ ее принять, пережить, найти свое внутреннее решение на причину своего расстройства. Ребенку придется это делать всю жизнь. Но насколько же легче это делать, когда ты знаешь, что кто-то тебя сильно любит. Разве не так?