

**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ БЕСЕДЫ С
ПОДРОСТКОМ, ИМЕЮЩИМ РИСК
СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ЕГО
РОДИТЕЛЯМИ**

**Л. М. Левина, руководитель
отдела психолого-
педагогической помощи**

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ БЕСЕДА

- Одним из главных направлений работы по преодолению кризисного состояния подростка является *индивидуальная беседа*.
- Основная задача педагога при разговоре с ребенком, находящимся в кризисном состоянии, – первичное прояснение ситуации и мотивирование на обращение к специалисту (например, к школьному педагогу-психологу, иным специалистам).



ЗАДАЧА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ БЕСЕДЫ

В задачи педагога не входит оказание психологической помощи; однако при возникновении ситуации суицидального риска педагог может оказаться единственным наиболее близким подростку взрослым человеком и должен будет предпринять действия по снижению суицидального риска.



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ЭТАП

1. Предварительный сбор информации:
 - наблюдение за подростком в классе;
 - наблюдения за подростком во внеурочной деятельности;
 - изучение семейной ситуации подростка.

Какие выявлены предвестники суицида?



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ЭТАП

ПРИНЦИПЫ БЕСЕДЫ

2. На беседу подростка необходимо пригласить лично, не через третьих лиц.

3. Создать комфортные условия:

- комната, в которой будет проводиться беседа должна быть изолированной от других кабинетов;
- в комнате должны отсутствовать посторонние люди;

Никто не должен прерывать разговор, сколько бы он не длился.



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ЭТАП

ПРИНЦИПЫ БЕСЕДЫ

4. К подростку необходимо относиться с чуткостью, с особым вниманием к его личной ситуации.

5. Покажите, что важнее этой беседы для вас сейчас ничего нет.

6. Демонстрировать заинтересованность в состоянии подростка, значимости его жизни.

В результате вы будете восприниматься как человек чуткий, заслуживающий доверия.

Для подростка: «Есть человек, для которого он важен».



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП

Установление в начале беседы эмоционального контакта с собеседником.

- Не делайте никаких записей или ограничивайтесь краткими пометками.
- Не поглядывайте на часы и не выполняйте каких-либо попутных дел.
- Уделяйте внимание подростку, смотрите прямо на него, сидите удобно без напряжения, расположившись напротив, но не через стол.



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП

Начало беседы.

- Я пригласила тебя на разговор, так как меня беспокоит твое состояние, на мой взгляд, ты выглядишь подавленным, ты изменился за последнее время.
- Когда подросток «закрылся», важно педагогу обозначить что разговор строится с позиции «рядом» (человек-человек), а не «сверху» (педагог-обучающийся). Например: «Я сейчас говорю с тобой не как учитель с учеником, а как человек, который чувствует, видит, слышит и понимает...как взрослый, который может и готов тебя поддержать и которому важно понять, что с тобой происходит» (выстраивание сопереживающих партнерских отношений).



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП

Какие еще вопросы и фразы можно использовать:

- В последнее время я стала замечать твое беспокойство, усталость (опишите поведение – что конкретно вы замечаете), например много пропусков занятий, молчаливость, уход в себя, снижение темпа или ускорение темпа деятельности и т.д.
- Меня тревожит твое состояние, я беспокоюсь о тебе ...меня волнует то, что с тобой происходит... Я переживаю за тебя... (отразите свои чувства по поводу наблюдаемого поведения подростка).



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

- *Установление последовательности событий, которые привели к кризису, снятие ощущения безысходности ситуации («преодоление исключительности ситуации», «поддержка успехами» и др.):*
 - **Что случилось в последнее время в твоей жизни? Расскажи, что тебя тревожит, беспокоит? С какими трудностями ты столкнулся?**
 - **По мере раскрытия подростка больше слушать, чем говорить, проявлять искреннюю заинтересованность проблемами подростка, внимательно слушать без оценки, критики, осуждения, Фразы активного слушателя: «Я слышу тебя», «Я вижу, что ты столкнулся с преградой...», «Я так понимаю, что...», « Вижу, что тебе тяжело сейчас ...», «Я понимаю, что тебе трудно...».**



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

- *Выявление актуального состояния и причин суицидального поведения:*
- Что тебя тревожит (беспокоит, угнетает) в настоящее время?
- Комментарий: если подросток говорит: «У меня все хорошо», необходимо максимально прояснить, что хорошо и в чем хорошо: «Что хорошего у тебя происходит?». Если подросток в ответ начинает нервничать, важно озвучить это: «Я вижу, что ты нервничаешь. Что в этой ситуации ... (со слов подростка) тебя тревожит (вызывает злость, обиду и т.д.)?».
- В ходе этого этапа педагогу важно установить причину, в результате которой сложилась кризисная ситуация, выяснить, что повлияло на эмоциональное состояние подростка.



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

- Важно выдерживать возникающие паузы, помолчать вместе с подростком. Можно спросить: «О чем твое молчание?». В случаях длительного молчания, затянувшейся паузы можно повторять некоторые факты, которые подросток сообщил ранее, тем самым проявляя заинтересованность в собеседнике, оказывая ему внимание.



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

- *Совместное планирование деятельности по преодолению кризисной ситуации.*

Здесь желательно использовать такие приемы, как:

- «планирование» - т.е. пробуждение подростка к словесному оформлению планов предстоящей деятельности;
- «удержание паузы» - целенаправленное молчание, чтобы дать ему возможность проявить инициативу в планировании своей деятельности.

Окончательное формулирование плана деятельности, активная психологическая поддержка подростка.



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

КАК РЕАГИРОВАТЬ ПЕДАГОГУ НА ОПРЕДЕЛЕННЫЕ ФРАЗЫ ПОДРОСТКА?

Если вы слышите	Обязательно скажите	Запрещено говорить
Ненавижу учреждение, семью, одноклассников и т.п....	«Что происходит у тебя (в семье, в отношениях с ...), из-за чего ты себя так чувствуешь?...»	«Когда я был в твоём возрасте... да ты просто с жиру бесишься!».
Все кажется таким безнадежным...»,	«Иногда я чувствую себя подавленным. Давай подумаем, какие у тебя проблемы, и какую из них надо решить в первую очередь».	«Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе».



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

КАК РЕАГИРОВАТЬ ПЕДАГОГУ НА ОПРЕДЕЛЕННЫЕ ФРАЗЫ ПОДРОСТКА?

Если вы слышите	Обязательно скажите	Запрещено говорить
«Всем было бы лучше без меня!...»	«Ты очень много значишь для меня. Меня беспокоит твое состояние. Скажи мне, что происходит».	«Не говори глупостей. Давай поговорим о чем-нибудь другом»
«Вы не понимаете меня!...»	«Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это знать»	«Кто же может понять молодежь в наши дни?»



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

КАК РЕАГИРОВАТЬ ПЕДАГОГУ НА ОПРЕДЕЛЕННЫЕ ФРАЗЫ ПОДРОСТКА?

Если вы слышите	Обязательно скажите	Запрещено говорить
«Я совершил ужасный поступок...»	«Давай сядем и поговорим об этом»	«Что посеешь, то и пожнешь!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Если не получается, я буду знать, что ты сделал все возможное»	«Если не получается, значит, ты недостаточно постарался!»



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ОСНОВНОЙ ЭТАП

КАК РЕАГИРОВАТЬ ПЕДАГОГУ НА ОПРЕДЕЛЕННЫЕ

Если вы слышите	Обязательно скажите	Запрещено говорить
«Вы мне не поможете, только сделаете плохо»	«Чувствую, что ты переживаешь, не доверяешь. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай поговорим об этом».	«Конечно, если будешь молчать, то не помогу»
«Я не хочу вам ничего говорить...»	«Чувствую, что тебе есть что рассказать. Давай поговорим об этом»	«Ну и не говори!»

ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

При незначительном риске суицида – договориться с подростком о необходимости получения профессиональной помощи, о возможности дальнейшего поддержания контакта с педагогом.

- Обеспечить постоянство контакта с подростком (дать свой номер телефона), проговорить, что подросток может обращаться за поддержкой к педагогу (лучше указать конкретное время и место: «Я готов с тобой общаться каждый день после шестого урока в кабинете номер ...»).
- Педагог также может сказать подростку: «Если тебе опять будет плохо, ты обязательно ко мне подойди, и мы с тобой поговорим». (Ощущение ребенка, что ему есть к кому обратиться за помощью, и умение попросить ее заведомо снижают чувство тревожности и одиночества).



ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ С ПОДРОСТКОМ

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

При среднем и высоком риске суицида – информирование подростка о необходимости сообщить данную информацию родителям (законным представителям, специалистам), связаться с семьей, договориться о консультации психолога с подростком, при необходимости прийти на консультацию в этот же день вместе с подростком и его родителями.


При высоком риске суицида осуществление действий согласно порядку, принятому в образовательной организации.

Жизнь человека обладает огромной ценностью, прежде всего для него самого. Желание убить себя противостоит естественности для здорового человека. И каждый, кто задумывается о самоубийстве, должен сознавать, что оно не выход, а самая большая и неисправимая ошибка.



БЕСЕДА С РОДИТЕЛЕМ

Общие принципы ведения беседы.

- На беседу родителя необходимо пригласить лично, не через третьих лиц.
 - *Место беседы:* разговаривать в спокойном месте. Главное — отсутствие посторонних. Никто не должен прерывать разговор, сколько бы он не длился.
 - *Поведение во время беседы:* старайтесь не делать никаких записей или ограничивайтесь краткими пометками. Не поглядывайте на часы и тем более не выполняйте каких-либо попутных дел. Уделяйте внимание родителю, смотрите прямо на него, сидите удобно без напряжения, расположившись напротив, но не через стол. Говорите без осуждения и пристрастия. Не давайте оценки действиям, чувствам.
 - Дайте информацию о службах психологической помощи города.
- 

БЕСЕДА С РОДИТЕЛЕМ

- *Основная задача:* проинформировать родителей о признаках суицидального поведения подростка, мотивировать семью на получение профессиональной помощи.
- *Возможные высказывания педагога:*
 - *Меня беспокоит состояние вашего ребенка. Я не могу оставить ребенка одного.*
 - *Необходимо, чтобы Вы подъехали в школу.*
 - *Сколько времени Вам потребуется, чтобы добраться до школы.*

Комментарий: в случае невозможности родителя приехать, уточнить, кто может забрать ребенка либо куда его можно привезти, чтобы не оставлять одного.

БЕСЕДА С РОДИТЕЛЕМ

Непосредственно при встрече с родителями педагог обозначает признаки суицидального поведения, которые он наблюдает у подростка.

- Возможные высказывания педагога:
 - За ...период времени я наблюдалпризнаки суицидального поведения у подростка (конкретно по случаю).
 - Я договорился с подростком о том, что ему важно получить профессиональную помощь. Вы можете ее получить в следующих учреждениях (дать письменно адреса, номера телефонов психологических служб города).
- Можно через несколько дней я вам позвоню, чтобы узнать информацию о состоянии подростка.



БЕСЕДА С РОДИТЕЛЕМ

Комментарий:

- При любой степени суицидального риска необходимо мотивировать родителей на получение пролонгированной психологической помощи. При необходимости – медицинской поддержки.
- При высоком риске суицида сообщить родителям о важности госпитализации подростка.



ОБЩАЯ СХЕМА БЕСЕДЫ

внимание, выраженное в позе

повторение фраз

утверждающая фраза

пауза

обозначение чувства

ИТОГИ



РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ БЕСЕДЫ

- **Включенное внимание:** повернуться лицом, смотреть в глаза
- Можно повторять за ребенком последние слова, либо кивать и произносить междометия, короткие фразы: да, я понимаю, это действительно так, да-да, продолжай и т.п. Можно пересказывать своими словами услышанное, чтобы ребенок понял, что вы его действительно слушаете и чтобы уточнить, правильно ли вы его слышали.



РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ БЕСЕДЫ

- **Реагирование** – в случаях, когда ребенку необходимо сочувствие и понимание, такие фразы как: «...это должно быть очень тяжело», «...тебе действительно досталось» и т.д., помогают ребенку продолжить беседу.
Утверждающие фразы: это фразы, которые показывают, что вы слышите и понимаете ребенка.
- Секрет в том, что **фраза, оформленная как вопрос, не отражает сочувствия.**



РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ БЕСЕДЫ

- Часто на вопрос: «Что случилось?» огорченный ребенок отвечает: «Ничего!», а если вы скажете: «Что то случилось...», то ребенку бывает легче начать рассказывать о случившемся.
- Держать паузу: очень важно в беседе **«держат паузу»**. Пауза дает возможность ребенку подумать.
- Обозначить чувство: для того, чтобы ребенок смог осознать свои чувства, ему необходимо помочь (Ты обиделся.... Тебе неприятно....)




РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ БЕСЕДЫ

- После всего услышанного допустимо выразить и свои чувства по отношению к предмету разговора (Тебе было неприятно - мне очень больно это слышать и т.п.)
- В конце беседы, можно подвести итоги, задавая вопросы: Правильно ли я поняла, что...? В итоге, можно сказать что..., Насколько я поняла это..., речь шла о..., В результате....



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТЕХНИК ПРОВЕДЕНИИ БЕСЕДЫ

- **Зондирование** – спрашивать не ради того, чтобы просто спросить, а чтобы подтолкнуть разговор вперёд.
 - **Открытые вопросы** – любые вопросы, не требующие ответов «да» - «нет», например: «как?», «что?», «где?», «кто?».
 - **Прояснение** – в случае, когда ребенок лишь вскользь касается чего-то важного, такие фразы как: «...не мог бы ты остановиться подробнее на...», или: «...похоже, что это трудный для тебя вопрос...».
 - Вместо местоимений (он, они, там, тут и пр.) рекомендуется использовать имена.
 - Например, вместо вопроса «Что он сделал, когда вошел туда?» следует спросить «Что сделал Коля, когда вошел в комнату?» Вопросы относительно времени можно связать с конкретными событиями и занятиями ребенка.
- 

ЧТО НЕ СПОСОБСТВУЕТ ЭФФЕКТИВНОЙ БЕСЕДЕ

- Приказы, команды.
- Предупреждения, предостережения, угрозы.
- Морализация, нравоучения, проповеди.
- Доказательства, приведение логических доводов.
- Критика, обвинения.
- Оскорбление, высмеивание.
- Использование догадок, интерпретации.
- Уговоры, увещевания.
- Отшучивание.
- Наводящие вопросы.
- За один раз задавать более одного вопроса.



Что необходимо учитывать в конфликтных ситуациях:

- Пространственное положение (увеличение расстояния)
- Звуки голоса и визуальный контакт (медленное проговаривание слов и предложений; тон, понижающийся к концу предложения или слова; менее частый и продолжительный контакт)
- Движения (замедленные, заторможенные)
- Физический контакт (сдержанность)



Ступор



Основными признаками ступора являются:

- резкое снижение или отсутствие произвольных движений и речи;
- отсутствие реакций на внешние раздражители (шум, свет, прикосновения, щипки);
- «застывание» в определенной позе, оцепенение, состояние полной неподвижности;
- возможно напряжение отдельных групп мышц.



Ступор

В данной ситуации:

1. Согните ребенку пальцы на обеих руках и прижмите их к основанию ладони. Большие пальцы должны быть выставлены наружу.
2. Кончиками большого и указательного пальцев массируйте ребенку точки, расположенные на лбу, над глазами ровно посередине между линией роста волос и бровями, четко над зрачками.
3. Ребенок, находясь в ступоре, может слышать и видеть. Поэтому говорите ему на ухо тихо, медленно и четко то, что может вызвать сильные эмоции. Необходимо любыми средствами добиться реакции ребенка, вывести его из оцепенения.



Апатия

Основными признаками апатии
являются:

- безразличное отношение к окружающему, вялость, заторможенность;
- медленная, с длинными паузами, речь.



Апатия

В данной ситуации:

1. Поговорите с ребенком. Задайте ему несколько простых вопросов: «Как тебя зовут?»; «Как ты себя чувствуешь?»; «Хочешь есть?».
2. Возьмите ребенка за руку.
3. Проводите ребенка к месту отдыха, помогите удобно устроиться (обязательно снять обувь).
3. Если нет возможности отдохнуть, то больше говорите с ребенком, вовлекайте его в любую совместную деятельность.



Двигательное возбуждение

Основными признаками двигательного возбуждения являются:

- резкие движения, часто бесцельные и бессмысленные действия;
- ненормально громкая речь или повышенная речевая активность (человек говорит без остановки, иногда абсолютно бессмысленные вещи);
- часто отсутствует реакция на окружающих (на замечания, просьбы, приказы).



Двигательное возбуждение

В данной ситуации:

1. Используйте прием «захват»: находясь сзади, просуньте свои руки ребенку под мышки, прижмите его к себе и слегка опрокиньте на себя.
2. Изолируйте пострадавшего от окружающих.
3. Говорите спокойным голосом о чувствах, которые он испытывает. («Тебе хочется что-то сделать, чтобы это прекратилось? Ты хочешь убежать, спрятаться от происходящего?»).
4. Не спорьте с ребенком, не задавайте вопросов, в разговоре избегайте фраз с частицей «не», относящихся к нежелательным действиям (например: «Не беги», «Не размахивай руками», «Не кричи»).
5. Помните, что ребенок может причинить вред себе и другим.
6. Двигательное возбуждение обычно длится недолго и может смениться нервной дрожью, плачем, а также агрессивным поведением.



АГРЕССИЯ



Основными признаками агрессии являются:

- раздражение, недовольство, гнев (по любому, даже незначительному поводу);
- нанесение окружающим ударов руками или какими-либо предметами;
- словесное оскорбление, брань;
- мышечное напряжение;
- повышение кровяного давления.



Агрессия

В данной ситуации:

1. Сведите к минимуму количество окружающих.
2. Дайте ребенку возможность «выпустить пар» (например, выговориться или «избить» подушку).
3. Поручите ему работу, связанную с высокой физической нагрузкой.
4. Демонстрируйте благожелательность. Даже если вы не согласны с ребенком, не обвиняйте его самого, а высказывайтесь по поводу его действий. Иначе агрессивное поведение будет направлено на вас. Нельзя говорить: «Что же ты за человек!» Следует сказать: «Ты ужасно злишься, тебе хочется все разнести вдребезги. Давай вместе попытаемся найти выход из этой ситуации».

АГРЕССИЯ

В данной ситуации:

5. Старайтесь разрядить обстановку смешными комментариями или действиями.
6. Если не оказать помощь разъяренному ребенку, это приведет к опасным последствиям: из-за снижения контроля за своими действиями он будет совершать необдуманные поступки, может нанести увечья себе и другим.



Страх

К основным признакам страха относятся:

- напряжение мышц (особенно лицевых), сильное сердцебиение;
- учащенное поверхностное дыхание;
- сниженный контроль над собственным поведением.



Страх

В этой ситуации:

1. Положите руку ребенка себе на запястье, чтобы он ощутил ваш спокойный пульс. Это будет для него сигналом: «Я сейчас рядом, ты не один!».
2. Дышите глубоко и ровно. Побуждайте ребенка дышать в одном с вами ритме.
3. Если ребенок говорит, слушайте его, выказывайте заинтересованность, понимание, сочувствие.
4. Сделайте ребенку легкий массаж наиболее напряженных мышц тела.



НЕРВНАЯ ДРОЖЬ

Основные признаки данного состояния:

- дрожь начинается внезапно – сразу после инцидента или спустя какое-то время;
- возникает сильное дрожание всего тела или отдельных его частей (человек не может удержать в руках мелкие предметы);
- реакция продолжается достаточно долго (до нескольких часов);
- потом человек чувствует сильную усталость и нуждается в отдыхе.



Нервная дрожь

В данной ситуации:

1. Нужно усилить дрожь.
2. Возьмите ребенка за плечи и сильно, резко потрясите в течение 10–15 секунд.
3. Продолжайте разговаривать с ним, иначе он может воспринять ваши действия как нападение.
4. После завершения реакции необходимо дать ребенку возможность отдохнуть. Желательно уложить его спать.
5. Нельзя:
 - Обнимать ребенка или прижимать его к себе;
 - Укрывать ребенка чем-то теплым;
 - Успокаивать ребенка, говорить, чтобы он взял себя в руки.



Плач

Основные признаки данного состояния:

- человек уже плачет или готов разрыдаться;
- подрагивают губы;
- наблюдается ощущение подавленности;
- в отличие от истерики, нет признаков возбуждения;



Плач

В данной ситуации:

1. Не оставляйте ребенка одного.
2. Установите физический контакт с ребенком (возьмите за руку, положите свою руку ему на плечо или спину, погладьте его по голове). Дайте ему почувствовать, что вы рядом.
3. Применяйте приемы «активного слушания» (они помогут ребенку выплеснуть свои эмоции): периодически произносите «ага», «да», кивайте головой, то есть подтверждайте, что слушаете и сочувствуете; повторяйте за ребенком отрывки фраз, в которых он выражает свои чувства; говорите о своих чувствах и чувствах ребенка.
4. Не старайтесь успокоить ребенка. Дайте ему возможность выплакаться и выговориться, «выплеснуть» из себя страх, обиду.
5. Не задавайте вопросов, не давайте советов. Ваша задача — выслушать.

Истерика



Основные признаки:

- сохраняется сознание;
- чрезмерное возбуждение, множество движений, театральные позы;
- речь эмоционально насыщенная, быстрая;
- крики, рыдания.



Истерика

В данной ситуации:

1. Удалите зрителей, создайте спокойную обстановку. Оставайтесь с ребенком наедине, если это не опасно для вас.
2. Неожиданно совершите действие, которое может сильно удивить (можно с грохотом уронить предмет, резко крикнуть).
3. Говорите с ребенком короткими фразами, уверенным тоном («Выпей воды», «Умойся»).
4. После истерики наступает упадок сил.
5. Не потакайте желаниям ребенка.



Удачи в работе!

