Детская истерика – это эмоционально состояние, при котором ребенок не в состоянии контролировать свое поведение. Это демонстративное поведение, выражающее активный протест, собственные страдания и невозможность адекватных реакций.  
Маленьким детям трудно сдерживать эмоции, сказать словами, что они хотят или чувствуют. Поэтому в минуты гнева, смущения или разочарования и страха дети кричат, плачут, топают ногами и даже бросаются на пол. Такое поведение проявляется у детей от года до пяти лет. У детей до 3-х лет – это капризы и в такой момент достаточно отвлечь, переключить внимание для снятия проблемы. А вот у детей старше 3-х лет могут возникать истерики, как крайняя форма выражения упрямства, своеволия, негативизма, противопоставления себя взрослому. Когда ребенок научится выражать свои чувства, истерики пойдут на спад. Однако такое обучение во многом зависит от родителей и их реагирования на истерическое поведение ребенка.  
Не удивляйтесь, если у ребенка случаются истерики только в вашем присутствии. Так он испытывает на прочность установленные вами правила и ограничения. Кроме того, дети стараются демонстрировать свои чувства и проверять чувства тех людей, которым они доверяют.  
Можно ли предотвратить истерики?  
  
Пошаговое руководство для преодоления истерики у ребенка.  
  
Реагирование и присоединение к ребенку. Это значит, что на истерику взрослый должен отреагировать, например, повернуть голову и посмотреть на кричащего малыша. Часто можно встретить рекомендацию о том, что истерики необходимо игнорировать, просто уйти, оставить кричащего ребенка, и тогда он успокоится самостоятельно. Все это хорошо, если речь идет о демонстративной эмоциональной реакции. И если вы уверены, что это именно она и есть, то действуйте. Если вы сомневаетесь, то лучше все-таки отреагировать на истерику, только отреагировать правильно. Итак, мы показываем ребенку, что увидели его реакцию, смотрим на него, но ничего не говорим. Наблюдаем. Далее на этом же этапе мы спускаемся до уровня глаз ребенка, держим зрительный контакт с ним, но продолжаем молчать. Ждем снижения уровня эмоциональных реакций.  
Анализ ситуации и выяснение причин. На втором этапе мы пытаемся озвучить/угадать эмоции ребенка. «Ты злишься?», «У тебя что-то не получается?», «Ты расстроен?» И тогда малыш понимает, что он не один. Именно здесь зарождается контакт мамы и ребенка и начинается угасание эмоций. И дальше мама удерживает контакт с ребенком своими вопросами: «Отчего ты так расплакался?», «Что вызвало твои слезы?», «Я хочу тебе помочь, мне важно понять, что произошло». И именно в этот момент важно дать ребенку возможность высказаться, дать пространство для высвобождения эмоций. Мама слушает и молчит. Без критики и осуждения.  
Реакция родителя/ответ на слова ребенка. После того, как ребенок все высказал взрослому, ему необходима обратная связь: «Извини, я сегодня не планировала покупать тебе эту игрушку», «Извини, сегодня мы не сможем сделать то-то», «Хорошо, что ты сказал мне об этом. Давай сделаем это вместе».  
И что здесь важно: даже если вы отказали ребенку в покупке очередной игрушки, он не чувствует себя брошенным и одиноким.