

Злюка

Еще минуту назад ваш четырехлетний сынишка спокойно играл со своей сестренкой, и вдруг он с криком кидается на пол и начинает стучать ногами. Усмирение разбушевавшегося ребенка, без сомнения, относится к одним из самых неприятных моментов воспитания, через которые приходится пройти всем родителям без исключения.

Детская ярость имеет такое же право на существование, как радость или грусть, и чаще всего именно с ее помощью дети выражают чувство обиды.

Но ежедневные истерики не должны становиться обязательным ритуалом в вашем доме. Если вы хотите вырастить хорошо воспитанного, уравновешенного человека, вы должны понять, что поведение ребенка напрямую зависит от вашего поведения.

Чтобы справиться с чувством обиды, детям нужна помощь родителей. Мы предлагаем несколько утихомиривающих приемов, которые помогут вашему маленькому злоке справиться с нахлынувшими чувствами и сохранят ваше душевное здоровье.

Настройтесь на его волну. Когда ребенок бросается вам «я тебя ненавижу!», не кричите в ответ. Во-первых, это неправда. Просто у ребенка не такой большой словарный запас, и слово «ненавижу», как ему кажется, наиболее соответствует его эмоциональному состоянию. Он еще недостаточно развит, чтобы заявить: «Я разочарован тем, что ты не позволяешь мне выполнить все, что я хотел». Во-вторых, дети учатся держать себя в руках, наблюдая за поведением родителей. Если вы не хотите, чтобы ваш ребенок впадал в истерику, сами ведите себя спокойнее.

Признайте право ребенка на отрицательные эмоции, например, скажите ему: «Мне жаль, что ты рассердился».

Показав, что вы понимаете его состояние, подчеркните, что он является свободной личностью. Например, скажите: «Ну и что ты теперь собираешься делать? Долго ты еще будешь злиться?»

И, наконец, попросите его успокоиться и обсудить с вами возникшую проблему.

Вступите в переговоры. Начиная переговоры, вы приглашаете ребенка к сотрудничеству, проявляйте уважение к нему как к личности и лишаете его повода для ссоры.

Давить не человека нехорошо. Гораздо лучше путем переговоров прийти к взаимоприемлемому компромиссу.

Например, если ребенок ни в какую не желает ложиться спать, а хочет играть с кубиками, скажите ему, что разрешите поиграть еще несколько минут, если он быстро соберет игрушки.

Спрячьте ремень. Если вы зададите ему трепку, ребенок может прекратить безобразничать в данный момент, но вряд ли сделает правильные выводы на будущее. А вы будите терзаться муками совести.

Не меняйте своих решений. Для того чтобы справиться с детским непослушанием, вам потребуются стойкость и выдержка. Менять принятые решения нельзя ни в коем случае. Иначе ребенок почувствует вашу слабость и начнет этим пользоваться. И, наконец, постарайтесь найти нечто такое, за что его можно похвалить. Например, вы можете сказать: «Спасибо, что выслушал меня». Или: «Я благодарна тебе за то, что ты не стал спорить и все сделал как надо».

Подобная тактика всегда приносит плоды, потому что главное в жизни ребенка – родительское признание и одобрение.

В конце концов, малыш научится сохранять спокойствие и не выплескивать по каждому поводу агрессию. Как правило, эта приятная перемена происходит годам к пяти.