Автор: admin
25.02.2011 10:20 - Обновлено 30.10.2014 02:36

Как правильно злиться на своего ребенка?

Когда молодую маму впервые охватывает раздражение на собственного ребенка, это вызывает у нее растерянность и чувство вины: «Я плохая мать».

Странно, мы без ума от своего чада, но его пакости могут вызвать у нас сильные вспышки злости. Успокойтесь, злиться – это нормально. Злость – это иногда очень полезное чувство. Главное, правильно с этим чувством обращаться.

Причин у злости может быть множество. Это бессилие и отчаяние от собственной беспомощности: молодой маме не всегда удается успокоить истошно кричащего младенца или «найти управу» на хулигана.

Иррациональные вспышки злости могут появиться и от усталости мамы, и от непослушания чада, и от неприятностей на работе, и от неудачного разговора с соседкой. Этот список можно еще и еще продолжать. Здесь важно понять, что злиться – это нормально.

Подрастая, ребенок становится все более равноправным партнером по общению. Он, как и любой другой человек, может разозлить или расстроить вас. Но это не значит, что ребенок «хочет поиздеваться над вами». Он на это в силу своего возраста просто не способен.

Если вы не будете ему показывать своих негативных эмоций, ему будет трудно научиться адекватно реагировать на эмоции своих сверстников и считаться с другими людьми. А после трех лет малыш уже в состоянии понять, что у других людей есть свои интересы, которые они будут отстаивать. Поэтому показывать ребенку, что вы на него злитесь, нужно. Главное – делать это правильно.

Как же правильно злиться, чтобы не нарушить психику ребенка, но в то же время успокоить маленького безобразника?

Прежде всего, не сдерживайтесь, дожидаясь страшной развязки: «Все, терпению пришел конец!!» Скажите сразу, что вам не нравится и почему. Озвучьте малышу свои чувства: «Я злюсь». Это послужит хорошим примером для ребенка. И, возможно, он в следующий раз тоже произнесет «Я злюсь!», а не запустит игрушкой в стену.

Злясь, не обвиняйте своего ребенка: «Ты плохой», «Балбес» и т.п. Помните, «как корабль назовешь, так он и поплывет». К тому же есть опасность уронить зерна сомнения в душу маленького человечка: «А может, меня не любят, потому что я не такой…» Ваш ребенок не плохой, он поступил плохо. А это – большая разница. Ругаем ребенка только за его поведение! Малыш должен понимать, что ваше недовольство не означает его полного неблагополучия.

Не обязательно повышать голос, когда вы злитесь на свое чадо. Попробуйте ругаться шепотом или… молча. Иногда демонстративное молчание быстрее объяснит нарушителю поведения ваши чувства. Ну, а если эмоции переполняют, постучите ложкой по столу или по кастрюле. Это не только послужит сигналом для вашего малыша, но и поможет вам значительно успокоиться.

Отстаивать свои права в общении с ребенком лучше с человеческой позиции: считаться с вами он должен не потому, что вы «старше, умнее и сильнее», а потому, что вы такой же человек, как и он.

Взрослые люди испытывают ощущение близости, симпатии и родства душ к людям с похожими жизненными ценностями. Детям же наши ценности генетически не передаются. Ребенок готов их перенять от того человека, с которым его связывают та самая любовь, близость и родство душ.

Поэтому чем сильнее ваша взаимосвязь, тем легче и охотнее малыш воспримет ваши ценности.

Не нарушайте эту взаимосвязь своим неумением злиться на ребенка.

Автор - **Елена Антипкина**

Источник