



ЕСЛИ ВЫ СТОЛКНУЛИСЬ С ИСТЕРИКОЙ

Лучше всего спокойно сказать: «Из-за твоего плача я не могу понять, что ты говоришь. Успокойся и повтори мне еще раз, пожалуйста. Я хочу тебе помочь».

Сказав это, продолжайте заниматься своими делами, дождитесь, пока ребенок не расскажет вам о своей проблеме спокойно. Поступайте так всякий раз, закрепляя в ребенке привычку рассказывать о проблемах «без надрыва и слез».

Плакало ваше воспитание!

Но что если у ребенка далеко не меланхолический темперамент, а он плачет больше любого меланхолика? Другая возможная причина повышенной плаксивости и капризности – **эмоциональная нестабильность**. Именно у таких деток часто возникает привычка реагировать рыданиями на любые трудности, неудачи, замечания. Порвался шнурок, много задали, не пошли в кино из-за дождя – поводов для плача они находят великое множество. Как правило, привычка реагировать на все подобными капризами закрепляется из-за изначально неправильного реагирования на плач родителей. Последние при виде слез не просто стараются утешить ребенка – они бросаются его спасать и ограждать, готовы на все, лишь бы слезки на любимых щечках высохли: напишут или нарисуют за него в тетради, сбегают за любимым пирожным, пообещают купить игрушку... Ребенок постепенно осознает, как выгодно пускать слезу по любому поводу. А дальше возникает желание испытывать сочувствие и сопереживание постоянно, прибегать к заботливой помощи, пользоваться чужими умениями в любой затруднительной ситуации.

Побочным негативным продуктом подобного воспитания является растущая у ребенка неуверенность в себе.

Он начинает считать себя не способным без посторонней помощи решать любые задачи – будь то школьные задания или налаживание отношений со сверстниками. Единственный знакомый ему «самостоятельный» выход – уход в слезы. Он словно не настроен взростеть, его очень устраивает «малышковая» позиция.

Под тяжестью сверхожиданий

Еще одна причина повышенной плаксивости – чрезмерные требования, которые родители предъявляют к своему ребенку, а также сверхожидания. Когда родители нагружают ребенка заданиями, непосильными для его возраста, – результат, как ни странно, бывает схожим с тем, что мы имеем в случае гиперопеки: у малыша формируется заниженная самооценка, а значит, у него есть постоянная потребность в поддержке, выражении сочувствия. И слезы – самый простой способ добиться этого. В случае со сверхтребованиями ребенок переживает вдвойне. Он постоянно боится не оправдать ожиданий родителей (например, не быть круглым отличником, лучшим спортсменом и т. п.), поэтому остро реагирует на малейшую неудачу.

Укоренившийся тип взаимоотношений со взрослыми ребенок пытается перенести на сверстников. Но вот они редко когда бросаются утешать и спасать... А вместо этого награждают ребенка обидными прозвищами, что, как вы догадываетесь, только усугубляет ситуацию.

Малыш рад бы изменить свое поведение, но не может.

Родители не научили его другому способу взаимодействия с окружающим миром, у него нет опыта самостоятельного решения своих проблем. Такой вот замкнутый круг получается. В одиночку из него не выбраться, нужна ваша помощь.

Важно!

– Проанализировать: не завышаете ли вы требования к своему ребенку? Не ставите ли вы перед ним невыполнимые задачи? Не живет ли он в страхе не оправдать ваши ожидания?

– Задуматься: как вы реагируете на плач ребенка? Почему ваша реакция не помогает остановить его? Что на самом деле стоит за плачем и

капризами?



Ты на чьей стороне, мама?

Все люди испытывают стрессы, и дети не исключение. Плач позволяет снять напряжение и восстановить нормальное психологическое состояние. В этом его важнейшая функция. Распространенная ошибка взрослых – стремление любой ценой остановить плач. Безусловно, вид рыдающего ребенка вызывает у самих взрослых (даже не родителей) стресс и желание расплакаться.

Часто именно это выступает побудительным мотивом для остановки плача! Но если бы родители почаще задумывались о том, что плач – это способ снять напряжение и восстановить психическое равновесие, они бы понимали, что в некоторых ситуациях ребенку нужно дать выплакаться.

Важно, чтобы ребенок не опасался расстроить родителей своими рыданиями и не учился сдерживать слезы, поскольку следствием этого является накопление стресса, а дальше – обусловленные им заболевания.

Малышу легче выразить свои чувства, если близкие постарались создать для него атмосферу эмоциональной защищенности. У детей есть острая потребность в том, чтобы те, кто рядом с ними, выслушивали их и с пониманием относились к чувствам, которые они испытывают.

Детям важно знать, что их любят независимо от того, как они себя чувствуют и ведут. Им нужно выражать свои негативные эмоции, поэтому не игнорируйте эти обстоятельства, не отвлекайте их, а просто покажите, что понимаете и любите свое чадо.

Ребенку очень важно также ощущение безопасности. Младшекласснику его может дать только мама. Малыш должен быть абсолютно уверенным в том, что мама, что бы ни случилось, всегда на его стороне.

В начальной школе родители частенько «переходят на сторону» учительницы, начинают заодно с ней ругать дочку или сына. Ребенок воспринимает это как предательство. Раньше мамочка была любящей, теплой, жалела, помогала. А теперь ругает за случайные пометки в тетради, заставляет делать уроки, когда нет сил, в общем, переходит на сторону «врага». А на «стороне ребенка» никого не остается. Он один должен противостоять почти круглосуточному давлению.

Как тут не прийти в отчаянье? «Первоклассные родители» вовсе не призывают противопоставлять дом школе. Просто поступайте так, чтобы ребенок твердо знал: его тылы надежно защищены. Если не проявить гибкость на этом этапе, могут появиться агрессивность и отказ малыша от сотрудничества с кем бы то ни было.