

Ребёнок доводит до крика.

Вот он будто специально! И не хочешь ведь, но что поделать, по-другому не понимает!

Знакомо? Почему это происходит.

1. Родитель легко относится к крику и особо не ищет ему альтернатив:

Поору и всё сразу завертится, как надо. Чего тут такого?

В таких случаях, мама/папа изначально не стремятся внятно попросить, объяснить, удостовериться, что ребёнок понял. Сказал – ещё раз, сказал – накричал. Эта схема точно сработает, поэтому родитель не сильно старается от неё отказаться.

2. Родителю нужно, чтобы ребёнок подчинялся:

Не “понял свою ошибку, сделал выводы и не делал так больше”. А здесь и сейчас выполнил то, что от него просят, а дальше уже неважно. Крик отлично подходит для таких случаев. Он ничему не учит, вызывает у маленького человека ужас и заставляет его подчиняться. Через какое-то время та же проблема повторится вновь, ну и что? Все же знают, что делать.

3. Родитель не умеет управлять своими эмоциями:

И хотелось бы не кричать, но будто кто-то вселяется. И вот ты уже кричишь во всё горло. Причина – эмоциональная незрелость, а точнее даже неумение справляться с нахлынувшими чувствами. С этим нужно работать.

4. Ребёнок требует эмоций:

Получает ли от вас ребёнок такие же яркие эмоции, когда делает что-то хорошее? Нередко проблемное поведение – это повод обратить на себя внимание, получить свою “минуту славы”. Особенно если в семье несколько детей.

5. Дети подсаживаются на крик:

Да-да, часто ребёнок действительно ХОЧЕТ, чтобы на него накричали.

- Наорав, мама/папа испытывает чувство вины и старается загладить впечатление у ребёнка, дарит ему подарки, проявляет повышенную заботу.
- При эмоциональном и физическом насилии у ребёнка вырабатываются различные гормоны. И если это происходит часто, то организм начинает “просить” их.
- Ну и, в конце концов, если родитель постоянно угрожает, что “я тебе покажу”, “ты щас у меня получишь”, то ребёнок испытывает тревогу и начинает хотеть, чтобы это уже поскорее случилось. Побыстрее “получить”, чтобы перестать бояться неизвестности. Вот и провоцирует.

И что делать?

Вот несколько советов, как меньше кричать на детей:

1. Удостоверьтесь, что ребёнок вас слышит и понимает, что нужно делать. Для

этого можно кидать ребёнку “спасательный круг” – максимально чётко проговаривать действие, с которого он должен начать. Не “приберись в комнате”, а “возьми со стола контейнер и положи туда вот этот конструктор”.

2. Повторите просьбу не более трёх раз. А потом подойдите к ребёнку и сделайте с ним вместе то, чего вы от него ждёте. Например: “сядь, пожалуйста, за стол” – берёте ребёнка за руку, за плечо и ведёте к столу. Или начинаете собирать конструктор его руками. Это не наказание, здесь не надо ругать или как-то иначе показывать свою злость – лучше вообще ничего не говорить. Главное, чтобы ребёнок знал, что за просьбой в любом случае наступит действие. Будет не больно, но неприятно. В следующий раз он сделает всё сам.

И ещё пара советов:

- Когда вы чувствуете, что готовы сорваться – выйдите в другую комнату. Лучше занять положение лёжа, так телу сложнее напрягаться, а для злости нужно напряжение. Покричите в подушку, досчитайте до 20, выдохнете и возвращайтесь.
- Ну а если вы уже сорвались, то не стоит плакать и молить ребёнка о прощении. Озвучьте, что вам очень жаль, было сильно неприятно, вы тоже расстроены случившимся. Люди не должны друг на друга кричать, поэтому очень важно научиться слышать друг друга. Проговорите, что в следующий раз малыш постарается вас слушать и делать то, что просит мама/папа. А вы сделаете всё, чтобы больше на него не кричать.