

Консультация для родителей «ПОЧЕМУ МЫ КРИЧИМ?»

Крик вызывает у ребенка только три реакции: *ступор, бегство и нападение*. Ни в одной из них мозг не способен мыслить разумно, потому что он отключается. Крик не приносит никакой пользы. Если вы кричите, то, скорее всего, у вас вырастут тревожные дети.

Часто мы считаем, что нас специально выводят из равновесия, делая что-то назло. Рассуждая подобным образом, мы всю вину перекладываем на другого и не решаем самой проблемы. А она прячется глубоко у нас внутри. Давайте разберемся, из-за чего нам хочется кричать.

Первая причина крика — страх. Мы любим своего ребенка и готовы оберегать его от всего на свете. Но он этого не понимает и будто нарочно испытывает наше терпение. Мы боимся, как бы ребенок не заболел, не ударился и т.д. В нашей жизни растет огромная гора «Нельзя». Под запретом все, что может навредить. Когда количество запретов за несколько десятков, они перестают восприниматься как что-то по-настоящему

опасное.

в розетку
вместо
ребенку
хочешь ходить по
резиновые
ванну, я дам тебе
Абсолютных
нежелательные
«Опасно гулять
заболеть». Помните еще и о том, что ребенок учится на вашем примере. Если вы едите перед телевизором, то почему он должен делать это на кухне?



Действительно, «нельзя» есть перед телевизором и «нельзя» вставлять пальцы — совершенно разные вещи. Лучше категорического запрета предложить альтернативу. Например: «Если ты лужишь, то давай вернемся и наденем сапоги», «Если ты хочешь лить воду, пойдем в тазик». Так возникает ситуация диалога. Запретов должно быть немного, остальные вещи лучше обозначить как «опасные». Например: зимой без шапки, потому что можно очень сильно

Вторая причина крика — постоянная нехватка времени. Гораздо проще и быстрее сделать все самому: застегнуть пуговицы, помыть тарелку и т.д. Нам некогда ждать, когда это сделает ребенок. Он точно растянет процесс на три часа. А мы спешим. Как быть? Прикрикнуть, чтобы поторопился? Вспомните: помогал ли вам крик инструктора по вождению быстрее научиться управлять автомобилем? Ребенок только осваивает мир, а это требует времени и терпения. Хочет сам одеваться — начинайте собираться не за полчаса, а за полтора до выхода. Ведь если вы возьмете на себя все обязанности, никто из родных не оценит ваш труд. Они же не знают, как тяжело бывает что-то сделать. Пусть у них сначала получается хуже, чем у вас. Главное помните, что качество зависит от количества повторений.

Третья причина — усталость. Мы постоянно забываем о своих интересах: «Ладно, сейчас куплю ребенку сапоги, а себе через год». Наши личные желания, отложенные на неопределенное «потом», постепенно из мечты превращаются в привычку постоянно желать и не получать желаемого. Сколько лет вы сможете проработать без отпуска, пока не попадете в больницу с нервным истощением? Признак усталости — периодические срывы и постоянное чувство вины. Помните, когда у вас случаются истерики — это бунтует ваш внутренний ребенок, которому вы постоянно говорите «нельзя». Договаривайтесь с ним через альтернативы. Например: «Хорошо, сегодня

я не пойду в кино, а займусь домашними делами, но в субботу утром обязательно схожу на фильм и пробежусь по магазинам».

И последняя причина — родительская модель. Как часто вы говорите: «На нас в детстве тоже кричали, но мы же выросли нормальными людьми»? Если довольно часто, то подумайте о том, что вас воспитывали в другой исторической обстановке. Неосознанное подражание родителям — не залог успешного воспитания детей. Изменились требования к личности. Если раньше основным положительным качеством считалось послушание, то теперь ценится активность и самостоятельность. Мы, с одной стороны, требуем от ребенка самостоятельности, а с другой — резко ограничиваем его свободу (будь послушным = устаревшая модель), в том числе и в принятии решений. Две противоположные установки в голове не могут мирно прожить рядом — они вызывают внутренний конфликт, а за ним растерянность, страх, злость и крик.

Получается, что причина крика не в окружающих людях, а в нас самих. Прислушайтесь к себе и решите свои внутренние проблемы.

Старая притча

Однажды Учитель спросил учеников:

- Почему люди при ссорах повышают голос?
- Наверное, они теряют спокойствие, — предположили ученики.
- Но зачем повышать голос, если второй человек находится рядом с тобой?
- спрашивал Учитель.

Ученики недоумённо пожимали плечами. Им это и в голову никогда не приходило. Тогда учитель сказал:

— Когда люди ссорятся и недовольство между ними возрастает, их сердца отдаляются. А вместе с ними отдаляются и их души. Чтобы услышать друг друга, им приходится повышать голос. И чем сильнее их обида и злость, тем громче они кричат. А что же происходит, когда люди влюблены? Они не повышают голоса, а говорят очень тихо. Их сердца находятся совсем рядом, а расстояние между ними практически полностью стирается.

— А что происходит, когда людьми правит любовь? — спросил Учитель.

— Они даже не говорят, а только перешептываются. А иногда и слов не нужно — их глаза говорят обо всём. Не забывайте, что ссоры отдаляют вас друг от друга, а слова, произнесенные на повышенных тонах, увеличивают это расстояние многократно. Не злоупотребляйте этим, потому что настанет день, когда расстояние между вами увеличится настолько, что пути обратно¹ вы уже не найдёте.