

## Консультация

### «Если ребенок сердиться».

Порой мы наивно полагаем, что ребенок защищен от всех забот, свойственных взрослым, - мол, у него есть все, чтобы быть счастливым! Но он может быть чем-то недоволен и не в шутку сердиться. Что же ему не нравится?

У него есть все для счастья, скажете вы - вот так и появляются на свет фразы типа: «Мы столько для тебя всего сделали, а ты недоволен!», «У меня в твоём возрасте ничего этого не было, и я никому не морочила голову!». А ведь то, что у ребенка «есть все», не значит, что его не может что-то беспокоить. Одни сталкиваются с проблемами, которые не могут выразить иначе как плохим поведением: зависть, ревность, проблемы в детском саду, тревога, ощущение несправедливости.....Другие реагируют подобным образом из солидарности с взрослым, которых самих что-то беспокоит: беременность, проблемы на работе, переезд,....Третьи чувствуют себя вяло днем или вечером начинают злиться, когда их, и так уставших, просят что-нибудь сделать.

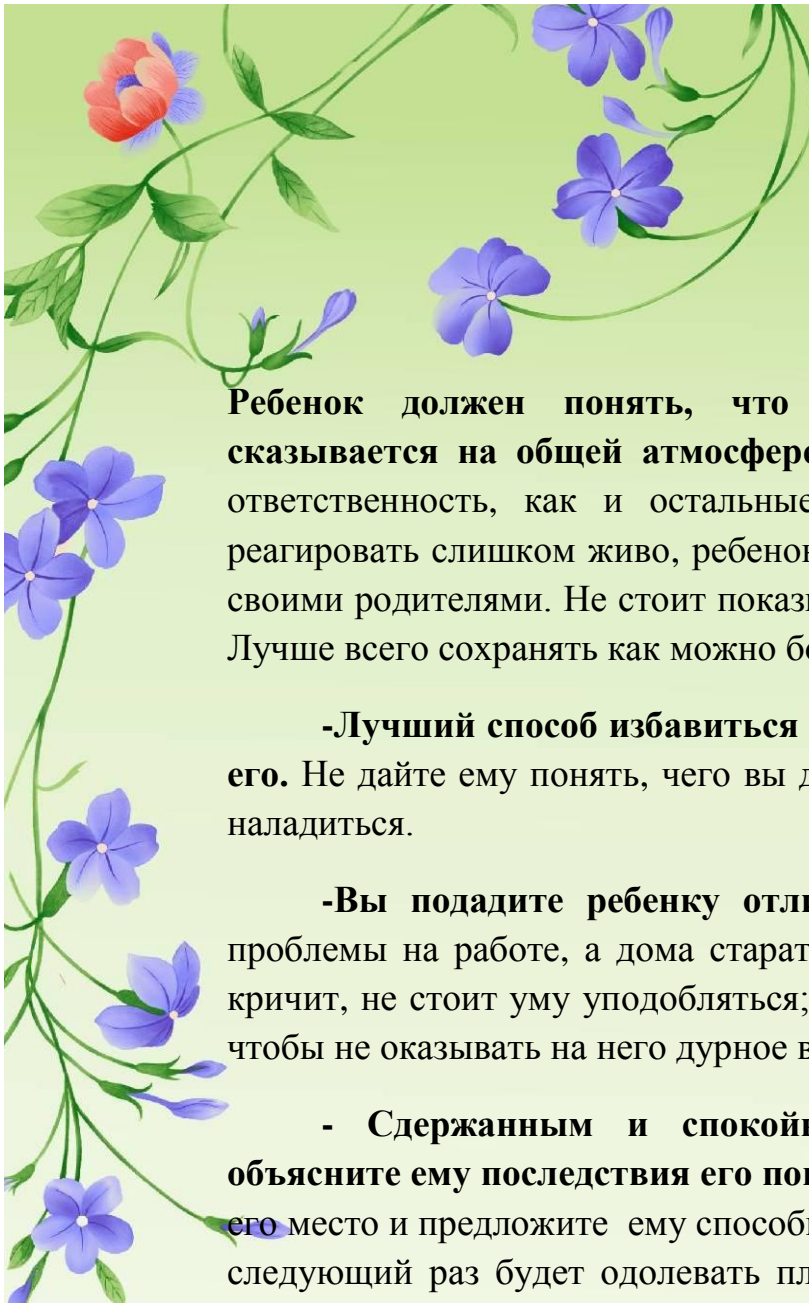
Дети разделяют стресс, испытываемый их родителями, не просто потому, что они живут с ними в тесном контакте, но и потому, что и сами являются жертвами постоянных ожиданий и давления.

Дети не успевают родиться, а мы требуем от них, чтобы они спали одни и не плакали по ночам; вскоре после этого они должны научиться ходить не под себя, анна горшок, не есть пальцами, сидеть и не дергаться, считать до 10 и не притрагиваться без разрешения к конфетам; вставать рано утром, идти в садик, делиться игрушками, учиться кататься на велосипеде и танцевать, здороваться с незнакомцами и давать во всем родителям повод собой гордиться..... И все это сваливается на плечи ребенка, которому всего несколько лет от роду!

### Как быть?

- **Первый шаг – смириться с ситуацией** и признать, что у ребенка как и у любого другого, есть право быть в плохом настроении, и на то есть какая-то причина, которую стоит выведать. Во время разговора, связанного с каким-нибудь интимным моментом, например при укладывании ребенка спать, он определенно поделится с вами тем, что его беспокоит. Если же ребенок злится каждое утро, то, вероятно, он просто не хочет идти в садик- в таком случае важно понять, почему это так.(поговорить с воспитателем). Если же он ворчит в конце дня, то это может быть вызвано тем, что он устал.





**Ребенок должен понять, что его плохое настроение негативно сказывается на общей атмосфере дома, за которую он несет такую же ответственность, как и остальные. Будьте осторожны: если вы будете реагировать слишком живо, ребенок сделает вывод, что он может управлять своими родителями. Не стоит показывать, что у вас тоже плохое настроение. Лучше всего сохранять как можно более спокойное поведение.**

**-Лучший способ избавиться от плохого настроения – игнорировать его.** Не дайте ему понять, чего вы добиваетесь, однако похвалите, когда все наладится.

**-Вы подадите ребенку отличный пример, если будете оставлять проблемы на работе, а дома стараться держать себя в руках.** Если ребенок кричит, не стоит ему уподобляться; сохраняйте хорошее расположение духа чтобы не оказывать на него дурное влияние.

**- Сдержанным и спокойным голосом, без лишних эмоций, объясните ему последствия его поведения.** Помогите ему поставить себя на его место и предложите ему способы взять себя в руки на случай, когда его в следующий раз будет одолевать плохое настроение. Юмор в этом вопросе окажется полезным советником. (рассмейте его, посмейтесь вместе над ситуацией, предложите сосчитать до 10 или глубоко вдохнуть и выдохнуть, попросите ребенка подойти к зеркалу, и не отходить пока он не улыбнется).

**- Дайте понять ребенку, что вы знаете о его настроении, и хотите помочь ему.** (используйте «я сообщение» Например: «Я вижу, что ты злишься...», « У тебя плохое настроение»)

**-Вспомните, как вы сами злились в детстве, уйдя в другую комнату.** Что вы при этом испытывали? Желание помириться, однако одновременно с этим – чувство гордости, которое мешает отступить, желание, чтобы к вам пришли, смешанное с уверенностью в том, что вы не пойдете на контакт...

*Сердящийся ребенок – в первую очередь несчастный ребенок, которому хочется убедиться в том, что его любят. Поэтому просто возьмите его за руку, обнимите и скажите, как вы его любите!*

