

Вопросы эти справедливы, и, конечно, они давно назрели. Для начала давайте уясним, о каких ситуациях идет речь. Скорее всего, о тех, где **больше переживает родитель**. Иными словами, эти ситуации обратны тем, которыми мы до сих пор занимались, когда обсуждали эмоциональные проблемы ребенка.

Изобразим эмоции родителя и ребенка в виде двух «стаканов». Когда больше переживает ребенок, его «стакан» полный, родитель же относительно спокоен, уровень в его «стакане» низкий.

И другая ситуация наполнен эмоциями родитель, ребенок же особенно не переживает.



Итак, что же делать в случаях, когда родителей переполняют эмоции?

Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.



Правило говорит о том, что чувства, особенно если они отрицательные и сильные, ни в коем случае не стоит держать в себе: не следует молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении. Обмануть такими усилиями вы никого не сможете: ни себя, ни своего ребенка, который без труда «читает» по вашей позе, жестам и интонации, выражению лица или глаз, что что-то не так. *Как же сказать о своих чувствах ребенку, чтобы это не было разрушительно ни для него, ни для вас?*

Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА.

Сообщите О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении.

Примеры сообщений ребенку о своих чувствах:

Вопросы эти справедливы, и, конечно, они давно назрели. Для начала давайте уясним, о каких ситуациях идет речь. Скорее всего, о тех, где **больше переживает родитель**. Иными словами, эти ситуации обратны тем, которыми мы до сих пор занимались, когда обсуждали эмоциональные проблемы ребенка.

Изобразим эмоции родителя и ребенка в виде двух «стаканов». Когда больше переживает ребенок, его «стакан» полный, родитель же относительно спокоен, уровень в его «стакане» низкий.

И другая ситуация наполнен эмоциями родитель, ребенок же особенно не переживает.

Итак, что же делать в случаях, когда родителей переполняют эмоции?

Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

Правило говорит о том, что чувства, особенно если они отрицательные и сильные, ни в коем случае не стоит держать в себе: не следует молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении. Обмануть такими усилиями вы никого не сможете: ни себя, ни своего ребенка, который без труда «читает» по вашей позе, жестам и интонации, выражению лица или глаз, что что-то не так. *Как же сказать о своих чувствах ребенку, чтобы это не было разрушительно ни для него, ни для вас?*

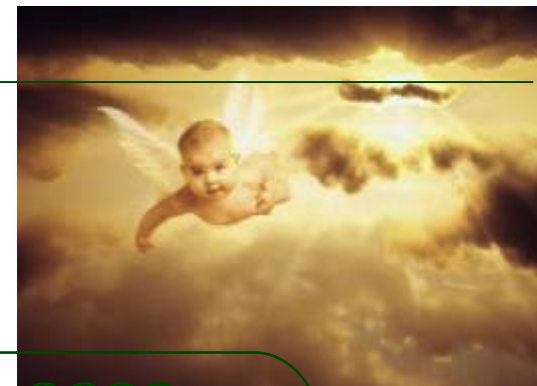
Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА.

Сообщите О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении.

Примеры сообщений ребенку о своих чувствах:

Я не люблю, когда дети ходят растрепанными, и **мне** стыдно от взглядов соседей.

Меня очень утомляет громкая музыка



Хочется познакомить вас с одним общим принципом, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными. Принцип этот - **безусловное принятие**. Что он означает?

Безусловно принимать ребенка - значит, любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания — главные воспитательные средства. *Похвалишь ребенка — и он укрепитесь в добре, накажешь — и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства.* Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится.

Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка — это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексy.

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть **нужности другому**, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься» и т.п.

Такие знаки безусловного принятия, как обнимание ребенка несколько раз в день (не менее 8 в день) питают его эмоционально, помогая психологически развиваться.

Мы далеко не всегда следим за своими обращениями к детям. Вот ведь как буквально понимают нас дети! Они искренни в своих чувствах, и наделяют абсолютной искренностью любую фразу, сказанную взрослым. *Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают,*

Хочется познакомить вас с одним общим принципом, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными. Принцип этот - **безусловное принятие**. Что он означает?

Безусловно принимать ребенка - значит, любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания — главные воспитательные средства. *Похвалишь ребенка — и он укрепитесь в добре, накажешь — и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства.* Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится.

Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка — это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексy.

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть **нужности другому**, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься» и т.п.

Такие знаки безусловного принятия, как обнимание ребенка несколько раз в день (не менее 8 в день) питают его эмоционально, помогая психологически развиваться.

Мы далеко не всегда следим за своими обращениями к детям. Вот ведь как буквально понимают нас дети! Они искренни в своих чувствах, и наделяют абсолютной искренностью любую фразу, сказанную взрослым. *Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают, критикуют его, тем быстрее он приходит к обобщению: «Меня не любят».* Тон важнее слов, и если он резкий, сердитый или просто строгий, то выдал своего оценочный: «Меня не любят, не

Хочется познакомить вас с одним общим принципом, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными. Принцип этот - **безусловное принятие**. Что он означает?

Безусловно принимать ребенка - значит, любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания — главные воспитательные средства. *Похвалишь ребенка — и он укрепитесь в добре, накажешь — и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства.* Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится.

Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка — это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексy.

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть **нужности другому**, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься» и т.п.

Такие знаки безусловного принятия, как обнимание ребенка несколько раз в день (не менее 8 в день) питают его эмоционально, помогая психологически развиваться.

Мы далеко не всегда следим за своими обращениями к детям. Вот ведь как буквально понимают нас дети! Они искренни в своих чувствах, и наделяют абсолютной искренностью любую фразу, сказанную взрослым. *Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают,*