

Если вы чувствуете, что ребенок просто нарочно выводит вас из себя, то:

- Отложите самые срочные свои дела и уделите ему хоть немного времени. Вполне возможно, это сигнал опасности. Очевидно, ребенку катастрофически не хватает общения с вами. Потребность в контакте может выражаться и в такой неприятной форме. Вам кажется, что ребенок нарочно все делает вам назло? Скорее всего это не так. Попробуйте разрешить конфликт мирно.

- Вы зовете ребенка обедать, а он не идет? Позовите еще раз, не сердясь. И еще раз. Ничего унижительного для взрослого в этом нет. К сожалению, ребенок не может бросить игру по первому нашему требованию; времени для того, чтобы переключиться с одного занятия на другое, ему нужно гораздо больше, чем взрослому. Если вы хотите, чтобы ребенок сел за стол вместе с вами, предупредите его минут за двадцать до того, как собираетесь обедать.

- Ребенок не обращает на ваши замечания и запреты никакого внимания? Делайте их как можно реже. Попробуйте сосчитать, сколько их у вас получается за день. И сократите хотя бы до тридцати двух.

- Вы хотите, чтобы в будущем ваш ребенок самостоятельно и без напоминаний мыл руки перед обедом. Начинайте приучать его к этому сегодня.



- Ваши дети кричат, кривляются, скачут, бросают вещи, гримасничают? Срочно дайте пищу для ума. Дети «бесятся», если они интеллектуально недогружены. Предложите любое, достаточно сложно для этого возраста занятие, требующее напряжения ума и памяти. И вы обойдетесь без наказаний.

Департамент социальной защиты населения администрации Владимирской области

ГКУСО ВО «Муромский реабилитационный центр  
для детей и подростков с ограниченными возможностями»

Отделение психолого-педагогической помощи

## Как справляться с гневом ребенка? (советы педагога-психолога)

Муром 2016

Гнев – это чувство, плохо понимаемое современными людьми. Неправильные способы проявления гнева являются источником многих проблем, которые возникают в нашем сообществе. В семье необходимо учить зрелому отношению к гневу. Ребенок, не умеющий правильно проявлять свой гнев, на любом этапе своей жизни подвергается возникновению таких проблем, как плохие оценки, испорченные взаимоотношения.

Задача родителей состоит в том, что бы воспитать цельную личность в своем ребенке. Что такое цельная личность? Цельная личность сочетает в себе три качества: говорить правду, держать обещание, отвечать за свое поведение. Но если ребенок не научится выражать свой гнев, то он ни когда не вырастет цельной личностью.

**Почему дети зневаются?** Дети нуждаются в безусловной родительской любви. Они должны постоянно ее ощущать. Неуверенность ребенка в такой любви – главная причина детского гнева. Ребенок не может просто этого знать, ему не хватит сказать только «я люблю тебя» – ребенок должен ее ощущать, любовь должна быть в каждом поступке родителей. Если ребенок недополучает родительской любви, он начинает испытывать гнев, который мешает развитию ребенка.

Выделяют три формы проявления детского гнева. Это агрессия, бессознательные выражения и всплеск эмоций. Из-за того, что дети еще не зрелы, они и гнев выражают не зрело: агрессивно и бурными проявлениями. Что бы обучить ребенка выражать гнев, но при этом не наносить вреда окружающим, необходимо работать над этим. Это значит, что родителям на первом этапе нужно принять детские способы проявления гнева, как допустимые на этом этапе. Не мешайте ребенку выражать свой гнев, иначе ребенок закроется от Вас, стоит разобраться в причинах гнева. Тогда мы можем решать проблему такого поведения.

Если источником гнева являются обычные капризы, не торопитесь идти на поводу. В противном случае, ребенок будет Вами манипулировать. Есть несколько вариантов, как реагировать на нытье:

- Иногда просто достаточно проигнорировать;
- Поговорите с ребенком спокойным тоном;
- Отвлеките ребенка чем-то интересным.

Чаще родители принимают разное поведение своих детей, но когда дело доходит до гнева, родителям трудно дать детям безусловную любовь, в которой они именно в этот момент больше всего нуждаются. И, как следствие, дети начинают еще больше гневаться. Помните о некоторых очевидных факторах:

- Они дети и ведут себя, как дети;
- Их поведение, обычно, доставляет неприятности;
- Если я буду любить своих детей, не смотря на их поведение, то они смогут повзрослеть;
- Если я буду любить своих детей в тех случаях, когда они достигают моих ожиданий, они будут переживать чувство тревоги и иметь низкую самооценку. Это будет препятствовать их эмоциональному развитию.



