

К ЧЕМУ ПРИВОДИТ ГРУБОСТЬ

Сами того не понимая, родители наносят детям раны, которые долго не заживают. Зеленка и пластырь тут не помогут. Сказанное сгоряча грубое слово, неприятное прозвище, манера резко одергивать... Редко кто из родителей не позволяет себе такого, ведь все мы люди: устаем, раздражаемся, заводимся.

Увы, горькая обида, острое ощущение несправедливости и беспомощности, которые в такие моменты испытывает ребенок, могут запомниться надолго. Бывает, что и на всю жизнь. А отсюда стрессы, напряженные отношения с родителями, заниженная самооценка. Кто же захочет такого для своего ребенка? Мы собрали типичные примеры обид, которые нередко наносим детям.

✓ НЕПРИЯТНЫЕ СЛОВА

Родители то и дело именуют ребенка тупицей, сущим наказанием, лентяем — знакомо? Когда на работе у тебя проблемы, а свекровь предъявляет претензии, самый простой способ поднять самооценку — унижить того, кто не может дать сдачи. И таким мальчиком для битья становится собственный ребенок.

Какие последствия?

Слыша досаду и агрессию в словах взрослых, малыш думает, что эти эмоции вызваны самим фактом его существования. Из-за этого ощущения ценности себя и своей жизни снижается. К тому же ребенок решает, что употребление грубых выражений — это нормально. И начинает использовать их в общении со сверстниками. А в будущем — со своими детьми и пожилыми родителями.

Что делать?

Посмотри на детские проступки под другим углом. Это не ребенок делает ужасные вещи, а ты недостаточно контролируешь эмоции. В тот момент, когда на языке будет вертеться обидное слово, спроси себя: «Не будет ли мне потом стыдно?». И настройся на конструктивное решение проблемы. Если ребенок опять разлил сок, научи его пользоваться тряпкой, а не вопрошай, откуда у него растут руки.

✓ НА ПОВЫШЕННЫХ ТОНАХ

Не только слова, но и интонация, мимика и жесты, их сопровождающие, могут больно ранить. Крики дети воспринимают как демонстрацию силы и угрозу, не понимая, что часто они бывают проявлением бессилия взрослых.

Какие последствия?

Как и к шуму на оживленной улице, ребенок быстро привыкает к вечно кричащему родителю. И взрослый уже не сможет положиться на свои голосовые связки, когда захочет предотвратить какую-то опасную ситуацию. Ты рискуешь оказаться в роли мальчика, который кричал: «Волки! Волки!».

Что делать?

Попробуй более откровенно говорить ребенку о своих чувствах. Расскажи ему, какие эмоции

испытываешь и какие причины их вызвали. Благодаря твоей искренности ребенок научится улавливать связи и станет лучше понимать тебя.

✓ РАЗ ШЛЕПОК, ДВА ШЛЕПОК

Опять он не слушается, хулиганит! Хлоп по попе — вот и притих. И что здесь не так? Любое физическое воздействие грубо нарушает личные границы малыша.

Он чувствует себя в полной власти агрессивного взрослого, а это не поможет ему вырасти гармоничной личностью.

Какие последствия?

Сын (или дочка) перестанет стремиться к тому, чтобы обсуждать конфликты и разрешать их с помощью слов. Видя, что физическая сила — действенный способ убеждения, он будет применять ее и сам.

Что делать?

Если чувствуешь, что закипаешь, отступи на шаг или выйди в другую комнату. Приди в себя, а вернувшись, удиви ребенка нетипично спокойной реакцией или вообще переведи конфликт в шутку. Вот увидишь, это возымеет куда больший эффект.