

Консультация для родителей

"Раз слезинка, два слезинка – море слез"

педагог-психолог Шуклина Т. В.
МАДОУ "МАЯЧОК"

Детские слезы – первый «язык» общения. Ребенок освоил его еще в младенчестве, успешно пользуется, заменять словами не стремится. Чтобы понять, почему дети плачут, необходимо помнить, что плачь – это сильнейшая эмоция, которая очень хорошо снимает стресс. Когда ребенок плачет, то он освобождается от психологических нагрузок, которые действуют на него.

Оттенков и смыслов плача и слез множество - это испуг, обида, желание, боль, горе, недовольство, каприз, манипуляция, дискомфорт, требование свободы, разочарование, способ привлечь внимание. Только близкие люди могут вычленивать суть из какофонии звуков.

Ребенок имеет право плакать, он так устроен. Задача родителей — помочь ребенку пережить эти чувства, а не «немедленно прекратить» их. Прислушайтесь к смыслу плача. Позвольте ребенку этот плач, хотя бы фразой: «Ты плачешь!» (без осуждения). Озвучьте причину словами, как вы поняли: «Больно?», «Обидно?», «Страшно?»...

Исключите слова – ярлыки: «нюня», «плакса», ибо человек имеет право выражать свои эмоции и чувства доступным ему способом.

Действуйте по ситуации, как вы ее расшифровали:

слезы от боли – разотрите или обработайте больное место, приласкайте ребенка, делаясь теплом;

слезы от обиды - расскажите, что и так иногда поступают люди, слезами их не переделать, прости их и пошли играть;

слезы капризы – дайте время привыкнуть к мысли, что слезами требования не исполняются, пусть поплачет без зрителей... Не поддавайтесь на провокации и не давайте собой манипулировать. Тогда ребенок поймет раз и навсегда, что истерики не помогут добиться желаемого.

Необходимо давать ребенку выплеснуть свои эмоции, их нельзя накапливать и сдерживать. Будьте готовы помогать, осознавать ребенку и учиться выражать свои состояния правильно и мирно, не причиняя вред ни себе, ни другим. Волевые функции поведения формируются к 10 – 15 годам, поэтому наберитесь терпения.

Родителям необходимо помнить, что для сохранения мирного неба у себя дома необходимо выделять время для качественного общения с ребенком, попробуйте делать это 15 минут в день – в два, три приема, «глаза в глаза». Если ребенок бежит с детской бедой, рассказом, даже если вы заняты, на минутку прижмите его к себе, «удивитесь», «ахните». У ребенка энергия, сила на исходе, он бежит к вам, как к большому Солнцу! Так дайте ему сил. И если дадите, не отмахнетесь – он, успокоенный, побежит играть дальше с новыми силами. Вскоре вы сами увидите результаты!

Материал подготовлен в рамках постоянно действующего семинара для родителей (законных представителей) МАДОУ МАЯЧОК "Здоровая семья - здоровый ребенок"

Использованная литература:

Психологические пятиминутки для детей, или как правильно разговаривать с ребенком в сложных ситуациях / С. В. Староверова. Т.Б. Беленькая. – Ростов н/Д 6 Феникс, 2015. - 157

Кризисы детского возраста. Нет капризам и истерикам / Е.Ю. Ярославцева. – Изд.2 – е. – Ростов н/ Д: Феникс, 2015. - 155