

## Как правильно кричать на ребенка

### ПРИТЧА

Один раз Учитель спросил у своих учеников:

— Почему, когда люди ссорятся, они кричат?

— Потому, что теряют спокойствие, — сказал один.

— Но зачем же кричать, если другой человек находится с тобой рядом? — спросил Учитель. — Нельзя с ним говорить тихо? Зачем кричать, если ты рассержен?

Ученики предлагали свои ответы, но ни один из них не устроил Учителя. В конце концов он объяснил:

— Когда люди недовольны друг другом и ссорятся, их сердца отдаляются. Для того чтобы покрыть это расстояние и услышать друг друга, им приходится кричать. Чем сильнее они сердятся, тем громче кричат.

— А что происходит, когда люди влюбляются? Они не кричат, напротив, говорят тихо.

Потому, что их сердца находятся очень близко, и расстояние между ними совсем маленькое. А когда влюбляются еще сильнее, что происходит? — продолжал Учитель. — Не говорят, а только перешептываются и становятся еще ближе в своей любви.

В конце даже перешептывание становится им не нужно. Они только смотрят друг на друга и все понимают без слов.

Такое бывает, когда рядом двое любящих людей.

Так вот, когда спорите, не позволяйте вашим сердцам отдаляться друг от друга, не произносите слов, которые еще больше увеличивает расстояние между вами. Потому что может прийти день, когда расстояние станет так велико, что вы не найдете обратного пути...

**Но если все же вы решили покричать на ребенка, то возможно несколько простых правил, которые помогут вам сделать это правильно и с пользой:**

- Предупредите ребенка: “Сейчас я буду ругаться”. Может быть он перестанет делать то, что вас злит. Или хотя бы успеет убежать и спрятаться.
- Заметьте привычные слова какими-нибудь выдуманными, которые будут звучать смешно и нелепо, но вместе с тем подскажут малышу, что лучше отложить на потом крушение и низведение. Только прежде чем кричать, убедитесь, что ребенок не воспринимает угрозу буквально.
- Говорите о себе, а не о ребенке. Многократно повторяйте, что вы чувствуете, не ссылаясь на того, кто в этом виноват. Это очень хороший пример для ребенка и, возможно, он в следующий раз тоже скажет “Я злюсь!” вместо того, чтобы кидать игрушки об стену.
- Дойдя до точки кипения, начинайте стучать половником о кастрюлю или деревянной скалкой по подоконнику. Это может быть не только сигналом вашим домочадцам, но и хорошим способом избавиться от негативных эмоций.
- Всегда есть опасность обидеть, сказать в сердцах что-то опасное, что ребенок примет как правду. Поэтому разозлившись лучше рычите. Или войте. Удивительно, но такой способ выражения злости и раздражения выходит более человечным.
- Не обязательно повышать голос, чтобы объяснить ребенку, что вам очень хочется его отшлепать, проведите воспитательную работу в форме пантомимы.
- Попробуйте ругаться шепотом.
- Уйдите в другую комнату и там выскажите все, что думаете дивану или табуретке.
- Вспомните, сколько раз в жизни вы сдерживали злость и раздражение из-за страха увольнения, боязни одиночества, общественного мнения. Теперь сделайте это из-за любви.

