

Чего не стоит делать, когда ребенок плачет

❖ **Перевод разговора на другую тему:**

таким образом вы отвлекаете малыша от его чувств, не давая ему возможности научиться управлять эмоциями и осознавать их. К тому же, вы даете ребенку понять, что его состояние абсолютно не важно для вас. А ведь детям нужно знать, что их понимают.

❖ **Наказание:**

такой метод воспитания нельзя назвать правильным. Психологи и педагоги сходятся во мнении, что наказания, угрозы, унижения и обвинения ранят психику ребенка, заставляя его чувствовать себя ненужным и скрывать собственные чувства.

❖ **Использование фразы «Все хорошо!»:**

это для вас сейчас все в порядке, а ребенок чувствует себя не очень хорошо. И даже несмотря на то, что вы пытаетесь вселить в него надежду на лучшее, ребенку может показаться, что вы преуменьшаете важность его чувств.

❖ **Миллион вопросов:**

запомните, что когда ребенок полон чувств, он не в состоянии ответить на все ваши вопросы. Сначала успокойте ребенка, а потом уже начинайте спрашивать о случившемся.

❖ **Использование «но»:**

если вы действительно поддерживаете ребенка на эмоциональном уровне, воздержитесь от употребления союза «но». Ведь это слово признает недействительным все то, что было сказано ранее. В данном случае достаточно будет простого сочувствия.

❖ **Временные рамки:**

не думайте, что двухминутные объятия сразу успокоят ребенка. Ведь сочувствие относится не к технике контроля, а является способом, который может понять и поддержать ребенка. Поэтому постарайтесь уделить ребенку ровно столько времени, сколько ему нужно, чтобы успокоиться.

