

Як крик впливає на мозок дитини, та що з ним відбувається. Усім батькам на замітку.

Ті батьки, котрі займаються вихованням дитини постійно знаходяться в стресовому стані. Для цього потрібно багато сил, терпіння та знань. Якщо батьки не володіють цими навичками, їхні старання можуть піти нанівець. Якщо ви можете привернути увагу вашої дитини лише за допомогою крику, то у ваших стосунках йде щось не так.

Слухаючи вчених з Америки – якщо в родині постійно відбуваються крики та стреси – це негативний вплив на психологічний розвиток дітей. Після такого виховання діти дуже агресивні та замкнуті.

В давні часи криком сповіщали про небезпеку.

Коли кричать на дитину, у неї виробляється гормон стресу, що спонукає дитину «бити або бігти». Тіло дитини напружується, а думки в мозку блокуються.

Мозолисте тіло в мозку стає меншим. Це тіло з'єднує дві півкулі за допомогою нервових клітин. Через це йде процес гальмування різних частин мозку, порушується постачання крові до мозочка, йде погіршення пам'яті та уваги. Діти після не вміють контролювати свої емоції.

Через постійні крики старшого покоління на дітей викликають проблеми у поведінці підлітків та депресивного стану у дітей.

Більшість дітей підліткового віку починають пропускати навчання, не мають бажання навчатися та постійно вступають у конфліктні ситуації, починають обманювати. Будьте обережні, адже крик – може зробити дитину замкнутою в собі, вона починає замислюватися над тим, що вона нікому не потрібна. Такий стан не можна зупинити за допомогою подарунків або дбайливою увагою.

Причини чому батьки кричать на своїх чад?

1. Втрата контролю над власними емоціями, тому весь стрес ви виливаєте на дітей.
2. Ви повторюєте поведінку своїх батьків, які теж виховували вас криком. Тому будьте обережні та не повторюйте помилок своїх батьків.

Як запобігти крику та позбутися цієї звички?

- Замислитесь над тим, що саме змушує вас кричати на дітей. Подумайте над тим, може причина в вас, а саме у вашому поганому настрої або ви розлючені.
- Не треба одразу кричати. Спробуйте виконати дихальну гімнастику або просто вийти з кімнати та відволіктись.
- Не треба перебільшувати можливості вашої дитини. Завжди подумайте про те, що перед вами стоїть дитина, яка ще не вміє досконало все робити.

Запам'ятайте, що батьки це приклад поведінки для дитини. Коли вона виросте, вона буде поводити себе так, як ви це робите. Тому будьте уважні.

Скориставшись цими порадами, ви обов'язково станете гарними батьками!

Видатний польський педагог Януш Корчак сформулював 10 принципів для батьків, які актуальні й сьогодні, через десятки років:

1. Не чекай, що твоя дитина буде такою, як ти чи такою, як ти хочеш. Допоможи їй стати не тобою, а собою.
2. Не вимагай від дитини платити за все, що ти для неї зробив. Ти дав їй життя. Як вона може віддячити тобі? Вона дасть життя іншому, та - третьому. Це і є незворотній закон подяки.
3. Не зганяй на дитині свої образи, щоб у старості не їсти гіркий хліб. Бо що посієш, те й зійде.
4. Не стався до проблем дитини зверхньо. Життя дане кожному під силу, і будь упевнений, їй вона важка не менше, ніж тобі, а може бути, і більше, оскільки у неї немає досвіду.
5. Не принижуй!
6. Не забувай, що найважливіші зустрічі людини - її зустрічі з дітьми. Звертай на них якомога більше уваги - ми ніколи не можемо знати, кого ми зустрічаємо в дитині.
7. Не муч себе, якщо не можеш зробити щось для своєї дитини. Муч, якщо можеш, але не робиш. Пам'ятай, для дитини зроблено недостатньо, якщо не зроблено все можливе.
8. Дитина - це не тиран, який заволодіває усім твоїм життям, і не тільки плід твоєї плоті і крові. Це та дорогоцінна чаша, яку Життя дало тобі на зберігання і розвивання у ній творчого вогню. Дитина розгортається, як сувій від любові матері і батька, у яких буде рости не «наше», не «своє», не «власне» дитя, а таємнича душа, дана на зберігання і супровід, поки недосвідчена і беззахисна.
9. Умій любити чужу дитину. Ніколи не роби чужому те, що не хотів би, щоб робили твоєму.
10. Люби свою дитину будь-якою - неталановитою, негарною, невдахою, люби дурною, некерованою маленькою дитиною, люби незграбним, егоїстичним, сердитим підлітком, люби таким, що не виправдав твоїх надій та очікування, потайним, дивним, нещасним дорослим ... Спілкуючись із дитиною - радій, радій завжди з повним правом, тому що дитина - це твоє свято, яке поки що з тобою.

Як боротися з дитячою істерикою

Проявіть витримку

Зробіть вигляд, що нічого страшного не відбувається. Так вам і самим буде легше зберегти спокій, який необхідно в даний момент. До того ж рівний голос, впевнені дії дорослого заспокійливо діють на дитину, іноді цього буває достатньо, щоб і він втихомирився. Але тільки іноді. Найчастіше крик не вщухає, сльози не припиняються.

Знайдіть причину

Згадайте і проаналізуйте все, що передувало істериці. Часто приводом настільки бурхливого прояву емоцій може послужити незначний випадок, а причина криється у віддаленому минулому. Її обов'язково треба знайти і постаратися нейтралізувати, інакше істеричність сформується в дитини, як риса характеру. А тоді буде зовсім важко і малюкові, і дорослим.

Одна з найпоширеніших причин - наслідки перенесеної хвороби, в результаті якої ослабла нервова система дитини. До того ж під час хвороби малюк був оточений підвищеною загальною увагою, а після одужання позбувся її. Ось він і вередує. Намагається знову привернути до себе увагу.

Глибинною причиною істерики може бути емоційне перевтома. Свята, гості, відвідування кількох "ялинок" протягом двох тижнів ... Часто ми за кілька днів намагаємося нарозважати дитину "про запас", ламаємо звичний режим його життя, не замислюючись про негативні наслідки.

До емоційної перевтоми веде і нескінченне сидіння біля телевізора, коли дитина дивиться не тільки дитячі передачі, а й дорослі. Епізоди бійок, вбивств, дикі крики і лайка героїв мимоволі засвоюються дитиною, як норма життя, що аж ніяк не сприяє зміцненню його нервової системи. У кожній родині є проблеми, які погано впливають на стан психіки малюка. Проаналізуйте їх, подивіться, як дитина на них реагує, постарайтеся "вирахувати" ті ситуації, коли його реакція неадекватна, зайво болюча.

Якщо ви, як слід розберетеся в основних причинах істеричності самого маленького члена вашої родини, у вас з'явиться можливість усунути або хоча б пом'якшити їх.

Що послужило приводом

А привід може бути зовсім дріб'язковим:

- Збиралися йти з дитиною на прогулянку, але тут задзвонив телефон. Мама розмовляє з подругою, а напіводягнена дитина стоїть біля дверей і чекає.
- Одну дитину погладили по голівці, а іншому сказали, щоб він відійшов.
- Зламалася улюблена іграшка.
- Просто згадалася колишня образа.

- У дитячому саду або на вулиці дитину хтось перекривив.

Іноді ж причина більш серйозна - розлука з рідними, смерть домашньої тварини. Неможливо перерахувати все, що може привести до афекту (так психологи називають стан істерики).

Педагоги радять

Як тільки ви помітите, що малюк дійсно впав в істерику:

- спробуйте відволікти його, зверніть його увагу на якийсь яскравий і цікавий предмет.
- Використовуйте іграшку, яка в ваших руках теж "заплаче чи засміється".
- Зверніть увагу на вмивання кішки або грайливість собаки.
- Якщо ж приводом для істерики стало ваша неувага, як у випадку, коли наполовину одягнена дитина чекає, поки мама поговорить по телефону, вибачтеся перед нею (так, якщо ви не праві, ви повинні вибачитися перед малюком!), і в наступний раз не допускайте такої неповаги. Адже вона - особистість, з якою треба рахуватися.
- Розв'яжіть у дитини всі тугі зав'язки, пояс, розстебніть верхні гудзики на одязі.
- Умийте дитину холодною водою. Дуже корисно підставити кисті рук під струмінь води. Намагайтеся, щоб струмінь потрапив на зап'ясток, туди, де прощупується пульс. Можна бути наполегливішим, якщо дитина сама не хоче йти до умивальника.
- Заспокійливі краплі краще не давати, тому що вони чинять слабкий наркотичний вплив.
- Якщо дитина продовжує схлипувати, скажіть: "Ну перестань. Все вже добре". Вона напевно втомилася, треба дати їй можливість заспокоїтися, відпочити.
- Не "зводьте рахунки" з малюком, не дорікайте його. Тим більше - не карайте. Він уже покараний.

Краще подумайте, як надалі уникнути подібних сцен.

Через кілька годин

Розкажіть дитині про те, як було неприємно і вам, і всім оточуючим спостерігати її істерику. Домовтеся, що більше таке не повториться. Самі ж ще раз постарайтеся знайти причину, що викликала афект. Чи не криється вона у вашій поведінці, у ставленні до дитини? Подумайте, може бути, вам слід зайнятися самовихованням.

Хибна істерика

Часто діти лише імітують істерику, для того, щоб домогтися бажаного: лягають на підлогу, кричать, вимагають, щоб їм щось купили, дали, дозволили і т.п. Якщо під час афекту дитина дійсно не може сама контролювати себе і потребує допомоги дорослих, то під час таких "концертів" вона прекрасно володіє собою.

Правда, буває, що малюк, зображаючи афект, так входить в роль, що й справді стає некерованим, тобто помилкова істерика переходить в справжню. Якщо ви бачите, що дитина "грає на публіку", зробіть вигляд, що ви його не помічаєте. Підіть в іншу кімнату, проявіть твердість і витримку. Як тільки дитина зрозуміє, що фокус не вдався-сльози відразу висохнуть. Навіщо ридати, якщо свого все одно не доб'єшся?