

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



# В детстве злюсь, а вырасту - боюсь

Составитель: педагог-психолог Гензе Н.И.

## ПЯТЬ ПРИЧИН, ПОЧЕМУ ГНЕВ ВРЕДЕН ДЛЯ ДЕТЕЙ

**1. В состоянии гнева ребенок не способен обучаться** (вспомните себя в состоянии гнева, что вы при этом чувствуете, способны ли вы в таком состоянии воспринимать информацию).

Все родители – это мудрецы для своих детей. И Вы должны понимать, это не Ваша вина, что не можете обучить ребенка, это его гнев не дает возможности к обучению. Когда вы это понимаете и перестаете считать себя виноватыми, тогда начинаете применять усилия для устранения гнева.

2. Отказ от любви к себе и к другим. В состоянии гнева ребенок не любит себя и других окружающих людей. И он начинает отдаляться от родителей.

**3. Гнев формирует поведенческую привычку гневаться.** Если ребенок постоянно гневается, в дальнейшем он это воспринимает как норму.

**4. Сознание ребенка убеждается, что гнев - это норма.** У ребенка формируется убеждение: «Когда что-то происходит не так, как этого я хочу, то я должен начать гневаться».

**5. Дети, которые постоянно гnevаются, злятся, как следствие провоцируют у других людей гнев.**



## ДЕСЯТЬ РЕКОМЕНДАЦИЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**1. Необходимо прилагать усилие, чтобы начать замечать свой гнев, раздражительность** (проявление гнева - краснеет лицо, стискиваются зубы и т.д.) **и впоследствии контролировать его.**

Для детей показываем ролики, картинки с проявлением гнева, чтобы он смог себя идентифицировать. Обучаем силе воли, самоконтролю.

**2. Гнев наносит удар по нашей внутренней энергии.**

В момент гнева учащается пульс, дыхание становится поверхностным и т.д., это происходит в нашем теле из-за прекращения работы энергетических каналов.

*На этом этапе необходимо объяснить ребенку, что гнев заставляет тебя только страдать, и он не приведет тебя к желаемому результату. Рассказываем и показываем, как чувствуют себя люди, как чувствуют себя животные, когда они гневаются.*

**3. Если ребенок находится в постоянном гневе, то тогда он видит себя только в окружении таких же людей и плохих поступков.**

**Гнев, притягивает гнев.**

*Необходимо рассказать причинно-следственную связь. Пребывая в состоянии злости, ты не имеешь возможности получить то, что ты хочешь. Например, ты разозлился на маму, мама на тебя, и она в этот момент совершенно не воспринимает твои желания и не хочет тебя слушать.*

**4. Мы теряем время в научении выстраивать отношения с людьми.**

*Самое важное для человека быть счастливым в отношениях с людьми, а со злыми людьми никто не хочет строить отношения.*

*Поговорите с ребенком о том, что испытывают другие люди от его гнева.*

**5. Дети становятся «глухими» к учителям и теряют их.**

*Когда учитель (наставник, мама, воспитатель) пытается им помочь, возникает как бы угроза для их гнева, это означает для ребенка нежелание, и у него нет способности получать помощь.*

*Рассказываем детям сказки, притчи, как в состоянии гнева мы не способны слышать мудрость.*



**ГЛАВНАЯ ФУНКЦИЯ РОДИТЕЛЕЙ — ВОСПИТАНИЕ ЛЮБОВЬЮ**