

Является ли плаксивость вредной привычкой?

Частая плаксивость – не редкость в детском поведении. Ребенок плачет по любому поводу: в детском саду, если сменяется воспитатель, когда ждет маму с работы, если родители не покупают игрушку, от того, что его зовут обедать. Родителей сначала озадачивает такое поведение, а позже – раздражает и злит. Общение с ребенком сводится к следующему алгоритму: просьба – плач, замечание – плач, безобидная фраза – тоже плач. Почему поведение ребенка меняется таким образом? Что могут сделать родители. Чтобы скорректировать детские реакции и не испортить отношения с ребенком?

Иногда родители думают. Что за плаксивостью не стоит серьезных причин, а дети постоянно плачут, потому что у них сформировалась вредная привычка. Это не так. За чрезмерной эмоциональностью стоят причины и, часто, они не видны взрослым.

Замещающее поведение родителей

Ребенок может испытывать тревогу, которая касается определенной ситуации. Например, развод в семье, рождение брата или сестры, переезд, знакомство с отчимом или мачехой, страх темноты, смерти, одиночества и другие травмирующие факторы. Дети, в силу возраста, не умеют управлять своими чувствами, говорить о них, поэтому, часто, сами не понимают, что с ними происходит, отчего им плохо, тревожно. Поэтому, родителям нужно быть максимально чуткими и внимательными, чтобы это понять и поддержать ребенка. Если увидеть причину не получается, -- нужно показать его детскому психологу. Специалист проведет диагностику психоэмоционального состояния, увидит причину плаксивости, даст рекомендации по воспитанию и общению.

Прежде чем воспитать в ребенке сдержанность и контроль. Взрослым следует отследить собственные реакции на детский плач.

В семьях часто бывает так, что дети, по разным причинам, страдают от недостатка внимания родителей, тогда они, своим поведением – в данном случае, плаксивостью – «выводят» взрослых на чувства, получая, таким образом, внимание к своей личности.

Плаксивость у детей в разном возрасте

- Если ребенок 2-3 летнего возраста стал плаксивым, это может свидетельствовать о наступлении кризиса. Так он проявляет протест против указаний родителей. Впервые пытается отделиться от них,

желая проявить самостоятельность. Взрослым не стоит «давить» на малыша, перевоспитывать его. В это время он осваивает собственные чувства, и родители должны поддержать его. Отзеркаливание эмоций – «Ты злишься», «Ты расстроился», «Тебе страшно», «Тебе больно» -- гораздо быстрее успокаивают ребенка, чем крики, манипуляции и угрозы.

- Подобное поведение у ребенка от 4-6 лет может говорить о том, что он переживает тревогу или о чрезмерно чувствительной натуре. Есть дети, система чувств у которых развита очень сильно – такие особенности обычно передаются по наследству. Ребенок может расплакаться от увиденного фильма, услышанного рассказа, грубого слова, потому что, таковы реакции его организма и психики. Родителям не удастся изменить его – они могут только успокаивать и поддерживать. Такая реакция взрослых намного полезней. Понимание со стороны укрепит нервную систему ребенка и даст понять ему, что он не одинок в своих переживаниях.
- Плаксивость у детей в начальной школе чаще всего свидетельствует о кризисном этапе. Связанном с обучением – возможно. Ребенок боится получить «двойку», выходить к доске, учительницу или родителей. Тогда он, чтобы избавиться от напряжения и страха, будет расстраиваться и плакать по каждому поводу.
- Когда плаксивость наблюдается в подростковом возрасте, можно говорить о наличии инфантильности в поведении. Стоит задуматься: почему подросток ведет себя как маленький? Что не позволяет ему расти? Почему такие эмоциональные реакции до сих пор «выгодны» ему?

Что предпринять родителям?

* Задуматься: не являются ли поведение взрослых и методы воспитания слишком суровыми, такими, которые держат в постоянном напряжении?

* Перестать злиться на детей за «беспричинные слезы».

* Проанализировать собственную удовлетворенность жизнью – чем младше дети, тем чаще, они отражают состояние родителей.

Эмоциональная устойчивость взрослых – залог здоровой детской психики и объективного поведения детей.

*Родители должны дать понять детям, что их чувства имеют право на существование. Также, взрослым показать – как управлять ими.

*Не нужно запрещать ребенку плакать – надо помочь ему разобраться с тем, что с ним происходит, научить управлять своими эмоциями и успокаиваться

самостоятельно. Дети овладеют этими навыками, только, если, сначала, мать и отец будут поддерживать их, испытывая сами, спокойствие и уверенность.

Журнал «Мой кроха и я», 2014г.