

Если помнить, что родитель — это внимательный наблюдатель, аккуратно ведущий ребенка долгие годы по дороге жизни, и не пытаться скинуть ответственность на ребенка, а тратить силы на внутренний поиск причин происходящего, новые слова, — в конце концов на чистку ковра, то терпение будет практически безграничным!

**Попробуйте и Вы.**

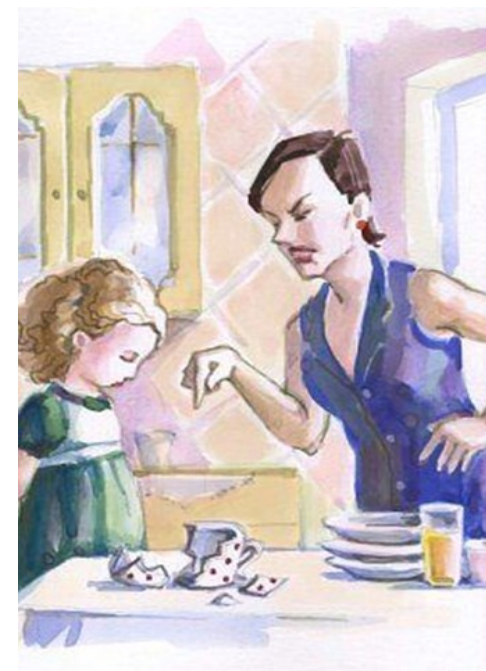


Государственное образовательное учреждение Тульской области «Тульская специальная коррекционная общеобразовательная школа- интернат для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья»

**Психолог ЦДО**

**Чернова  
Ирина Владимировна  
+7 (930) 899-90-89  
Skype: iberiis**

ГБОУ ТО «Тульская специальная коррекционная общеобразовательная школа- интернат для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья»



**ПОЧЕМУ НЕ  
ХВАТАЕТ  
ТЕРПЕНИЯ?**

## *Так почему же у меня не хватает терпения?*

Мы все знаем, что бывают ситуации, когда мы проявляем удивительное терпение по отношению к распалившемуся малышу. При этом бывают ситуации, когда наши тормоза отказывают сразу, и мы срываемся, обрушивая гнев на ребенка.



Очень хочется понять, от чего зависит наше терпение, и научиться управлять собой.

**Оказывается, потеря самообладания - это способ снять с себя ответственность за происходящее!**

И действительно, пока мы чувствуем свою родительскую обязанность и ответственность, терпения хватит и на вымазанный ковер, и на слезы за обедом, и на все другие предложения этого дня. Но как только мы устаем от ответственности, перестаем хотеть быть мамой или папой, у нас появляется личный интерес, который ущемляется конкретным поведением ребенка здесь и сейчас, мы обнаруживаем в себе душевную лень, взбрыкиваем и перекладываем ответственность за пятно на ковре на юного сына, который в 4 года (цитирую) «должен соображать, что творит».



И правда же! Мы жалеем себя, выгораживаем себя (ведь не хочется назвать себя плохим родителем, если ковер нам дорог и выдавливание тубика краски на него недопустимо в нашей семье), быстро находим нового ответственного за жизнедеятельность 4-летнего хулигана и со всей эмоциональностью, которая вызвана этой ситуацией, набрасываемся на него самого.

Помните анекдот про чашку, разбитую на кухне? Как догадаться, кто ее разбил — мама или дочь? Очень просто: если потом следует тишина, то разбила мама. Не будет же она сама себя ругать. И сразу видно, что если она кричит, то не от факта, что чашки больше нет, а от желания, чтобы дочь несла ответственность за свои поступки.



Именно поэтому, когда вдруг наш ребенок в острой ситуации выказывает удивительное понимание, искреннее раскаяние и переживание, мы совершенно не злимся. Это от того, что мы видим, что ребенок сам взял ответственность за этот поступок, и нам нравится, что он это сделал.