**Бей, беги или замри!**

**А вы знаете, что КРИК на ребенка «заглушает» смысл того, что вы пытаетесь до него донести?**

**Попробуйте наоборот – поговорить с ним спокойно и тихо. Пусть он слышит ваши слова, вместо того, чтобы слышать кричащий голос.**



**Поймите, то, что Вы пытаетесь донести до ребёнка криком – он НЕ слышит. И вот почему.**

**Во время крика ребёнок испытывает сильный стресс и у него активизируются самые древние зоны мозга, отвечающие за эмоции (лимбическая система), а способность понимать, думать и анализировать (кора головного мозга) — блокируется.**

**В ситуации стресса запускаются древние реакции нервной системы: «бей, беги или замри».**

**Но бежать ему некуда.**

**Бить (нападать) на взрослого – невозможно!**

**Остаётся только ЗАМЕРЕТЬ.**

**«Замирая», ребёнок теряет способность делать выводы и понимать то, о чём вы кричите и что именно пытаетесь донести. Включается так называемая «психологическая глухота» – обучения и рефлексии не** **происходит.**

**Вы хотите, чтобы ребенок вас услышал, понял и чему-то научился?**

* **Для этого он должен чувствовать себя безопасно и спокойно. Тогда он сможет слышать вас и понимать.**
* **Общение возможно только в состоянии покоя, когда ребёнок не испытывает стресс, ему не страшно и кора его головного мозга способна понимать и обрабатывать входящую информацию.**
* **Да и вы тоже из состояния гнева, раздражения и ярости ничего толкового, разумного и полезного до ребёнка донести не сможете. Потому что в этот момент ваша кора головного мозга также блокируется – вы в этот момент перестаете думать и анализировать и становитесь одной оголённой эмоцией.**
* **Вот почему так важно уметь вовремя остановиться, когда вас начинает «нести» — чтобы не «наломать дров» и действовать разумно и осмысленно.**
* **Помните, когда вы кричите на ребёнка, он не перестаёт любить вас, он перестаёт любить себя!**

