Что делать, если ребенок скажет: «Мама, я тебя ненавижу»?

 Часто, когда ребенок злится, он начинает кричать на родителей: «Я тебя ненавижу! Ты дурак!». Подобные вспышки гнева могут случаться из-за того, что ребенку не разрешили пойти гулять, не разрешили поиграть с приятелем и т.п. Детям дошкольного возраста трудно найти правильные слова для выражения эмоций. Ваша дочь не знает, как сказать: «Папа, я думаю, ты должен разрешить мне сегодня позже лечь спать, потому что...» или «Я разозлилась на тебя, потому что ты сказал...» Она еще слишком мала для таких сентенций и слишком мала, чтобы думать об уважении к старшим. Вместо этого она выражает эмоции самым простым способом: «Я тебя ненавижу (или не люблю)!».
«Я тебя ненавижу!» говорит большинство детей дошкольного возраста. Многие родители понимают, что такими словами ребенок выражает свое недовольство. Но каждый может почувствовать себя «преданны», если в награду за любовь, которую ты подарил ребенку, он скажет тебе такое. Родителям сложно учить детей не говорить: «Мама, ты плохая». Они проявляют терпение, когда их двух-трехлетний малыш кричит: «Плохая!», но им труднее понять, когда пятилетний вдруг заявляет: «Я тебя ненавижу (или не люблю)!». Кому хочется слышать такое от родного ребенка!
 Услышав подобное, родители часто отвечают: «Как нехорошо ты сказал, чтобы я больше от тебя такого не слышала». Но не стоит забывать о том, что **ребенку нужно время от времени выплескивать свои эмоции, в том числе и негативные. И если ему не удастся выражать их словесно, он найдет другие способы, возможно, более деструктивные. К примеру, ребенок начнет драться, кусаться или строить из себя дурачка, притворяться, что не слышит, о чем говорят ему родители, или игнорировать их другими способами.** Как бы то ни было, если ребенку позволять выражать свои эмоции, он скорее научится справляться с ними.

 Если ребенок сказал вам: «Я тебя ненавижу!», попросите его рассказать, чем он так огорчен. Предложите ему вместо этой фразы говорить: «Я на тебя разозлился!» или «Мне не нравится то, что ты делаешь». Покажите ему, что вы понимаете, что с ним происходит, но попросите выражать гнев другими словами.
 Дети - прирожденные имитаторы. Они говорят слово «ненавижу», потому что слышат его в повседневной жизни. Взрослые часто говорят: «Ненавижу это платье» или «Ненавижу, когда он делает это». Поэтому не удивляйтесь, когда ребенок вдруг употребит столь сильно эмоционально окрашенное слово для того, чтобы сказать, что ему кто-то или что-то не нравится. Воспользуйтесь умением ребенка имитировать и научите его выражать свое недовольство другими способами. Когда ребенок скажет «Я тебя ненавижу», вместо того чтобы обижаться, перефразируйте его слова. Скажите в ответ: «Ты на меня злишься? Тебе не нравится, когда я говорю тебе, что пора идти в кровать?». Когда ребенок услышит, что можно иначе выразить свой гнев, он, скорее всего, в будущем употребит другие слова.

*Источник: Р. Голдстайн и Д. Гэллант «Библия для родителей»*