

Третий год жизни ребенка – «Эпоха «Я САМ!»

Третий год жизни - великая эпоха, которая проходит под девизом «Я САМ!». Первые шаги к независимости ребенок начал делать давно, но два года – определенный перелом, когда стремление все делать самостоятельно становится ведущим. С другой стороны, ребенок все еще остается маленьким, не совсем умелым и уверенным в себе. Он по-прежнему боится разлуки с матерью, нуждается в ее помощи и защите.

Мир ребенка после двух лет полон противоречий: он стремится ко всему новому и при этом желает, чтобы все и всегда оставалось как было. Хочет, чтобы его жалели, ласкали, но не брали на руки или носили на руках только в том направлении, которое он избрал сам. Желания ребенка меняются с катастрофической скоростью. Неизменной остается неистребимое желание всегда и во всем стоять на своем.

Третий год жизни часто воспринимается родителями как настоящее испытание. А малышу бунтарю еще труднее, чем взрослому – надо бороться с вами и с самим собой. Ребенок нуждается в руководстве взрослых (хотя всеми силами демонстрирует обратное) и в границах своего поведения, установленного вами, мудрыми и справедливыми взрослыми.

Давайте поможем пройти ребенку по важным этапам развития, получив как можно меньше негативного опыта и побольше позитивного.

Для того, чтобы правильно устанавливать границы между дозволенным и запретным, вы должны очень хорошо понимать, каковы причины и психологическое значение столь бурного поведения ребенка.

ГЛАВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ЭТОГО ЭТАПА РАЗВИТИЯ - ОТДЕЛЕНИЕ ОТ МАТЕРИ, СТРЕМЛЕНИЕ К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ.

«Семизвездье симптомов» кризиса 3-х лет

Семь наиболее ярких особенностей поведения, которые говорят о том, что ребенок достиг этого знаменательного этапа в развитии - кризиса упрямства.

1. **НЕГАТИВИЗМ** – стремление постоянно противоречить взрослым.

Ребенок говорит «Нет» даже в том случае, если на самом деле предпочел бы сказать «Да». Он утверждает самостоятельную позицию, отличную от позиции папы и мамы.

2. **УПРЯМСВО** – стремление всегда отстаивать свое требование. Ребенок иногда рад бы отказаться от своего мнения, но не может – просто потому, что должен настаивать на своем любой ценой.

3. **СТРОПТИВОСТЬ** – бунт против тех норм и правил, которые были установлены прежде и к которым ребенок, вроде бы, уже привык за первые годы жизни (отказ спать в привычное время, отказ от еды, которую ел). Ребенок проверяет на прочность любое правило.
4. **СВОЕВОЛИЕ** – то самое краеугольное «Я САМ!»
5. **ПРОТЕСТ-БУНТ** – малыш находится в состоянии непрекращающейся войны с окружающими, прежде всего с родителями.
6. **ОБЕСЦЕНИВАНИЕ** – вчера еще ласковый и нежный ребенок, вдруг начинает ругаться, обзываться, подвергать сомнению ваши слова и авторитет.
7. **ДЕСПОТИЗМ** – дитя не только настаивает на том, что будет все делать сам, он и вас заставляет плясать под свою дудку!

Для многих родителей такое поведение оказывается настоящим шоком: собственное чадо командует, требует, настаивает! Впрочем, достается не только маме с папой, бабушке с дедушкой, но и младшим братьям и сестрам, и домашним животным.

Самостоятельность или безопасность?

Одна из серьезных проблем для заботливых родителей – как совместить стремление ребенка к самостоятельности с обеспечением его безопасности?

Нам совсем не хочется постоянно держать двухлетнего или трехлетнего малыша за ручку, поминутно одергивать его и запрещать ему все то, что ему хочется. Но в то же время, стремление к независимости может завести ребенка довольно далеко.

Вы не можете и не должны спокойно наблюдать как ваше чадо хватается за острый нож или иголку, как отнимает еду у собаки, как втыкает спицу в розетку. Но не рекомендуется в таких ситуациях обходиться простым «нельзя!». Ребенку необходимо, чтобы вы:

- во-первых, объясняли ему, в чем именно состоит опасность;
- во-вторых, по мере приобретения им новых навыков предоставляли ему все больше свободы, т. е. не запрещали больше чем нужно.

Запрещая без объяснений и наказывая за активность, вы подвергаете ребенка большому риску. Он будет считать, что вся опасность сводится только к родительскому наказанию. Собственного представления о безопасности он не получит.

Если вы относитесь к ребенку с уважением и доверием, то вы подумаете что действительно нужно убрать из поля зрения ребенка (опасные для жизни ребенка предметы, документы), а что оставить. На опасные эксперименты, например с розетками и проводами, для ребенка должен быть

установлен четкий запрет, а если ребенок до сих пор не знает этого правила – поскорее «отработайте» его.

В период с 2 до 3 лет поддерживайте инициативу малыша, его желание быть самостоятельным.

Как можно чаще говорите «ДА»!

Если дитя желает мыть посуду – пусть моет! (если запретите – через десять лет ни за что не допроситесь вымыть за собой чашку). Бойтесь, что разобьет? Дайте ему пластиковые емкости. Хочет помочь готовить – дайте в руки малыша вареные овощи и пластмассовый ножик, пусть режет на здоровье. Хочет понять, как включается магнитофон – покажите, как с этой техникой обращаться и «малышковые» диски положите на его полочке, свои уберите повыше, и пусть ребенок наслаждается. Постепенно вы можете допускать юного деятеля во все сферы домашнего хозяйства. Пройдет год-другой, и вы обнаружите, что ребенок действительно помогает, а не мешает вам.

Главное – не создавайте ребенку «тепличных» условий, в которых невозможно научиться быть осторожным.

Позволяя ребенку действовать, вы делаете его жизнь более радостной. Каждый день вы получаете новые свидетельства того, сколь многое понимает и умеет делать ваш малыш. Вы все больше доверяете его способностям, все меньше переживаете за сохранность его здоровья и обстановки в доме. У вас появляется время заняться чем-то другим – более полезным и приятным.

Все наоборот

Если вы устали от сражений с ненаглядным чадом и чувствуете себя просто загнанным в тупик, начните с пересмотра своей точки зрения.

1. Измените свое отношение и негативные оценки к поведению ребенка.

Попробуйте найти другие слова для описания тех качеств, которые ребенок проявляет сейчас: не «упрямый», а «настойчивый»; не «шумный», а «энергичный» - и вы почувствуете, что мир стал намного светлее!

Как только вы избавитесь от негативных оценок и сумеете разглядеть в поведении своего двухлетки ростки будущих достоинств, у вас появятся новые силы и запасы терпения.

2. Направьте терпение на выявление причины упрямства ребенка.

Дети никогда не сопротивляются «просто так».

Обнаружив причину, обязательно проговорите ситуацию с ребенком: таким образом, вы помогаете малышу освоить очень важное и ценное искусство – выразить свои желания *словами*, а не скандалом. Капризным и трудно

управляемым становится тот ребенок, которого не научили распознавать и формулировать приемлемым способом свои желания и намерения.

3. Проявлять внимание к причинам упрямства – это не значит во всем и всегда потакать ребенку. От взрослых требуется другое: **вместе с ребенком научиться находить компромиссные решения.**

Давайте будем честны: чаще родители стоят на своем, так как поиски компромиссного решения требуют время, находчивость и силы, надавить же на ребенка взрослому легче и проще.

Родительский авторитет зарабатывается не грубой силой, а именно способностью рассмотреть интересы ребенка и, по возможности, пойти им навстречу.

4. Ребенку, который заикнулся на какой-то идее, необходимо время на то, чтобы расслабиться и хоть немного отвлечься.

Самые отчаянные скандалы разгораются тогда, когда мы требуем что-либо от ребенка немедленно и сразу. Если ребенок нацелился гулять, а вы собираетесь кормить его обедом, нет смысла требовать от «упрямца» немедленной смены планов. Нельзя кормить ребенка насильно! Предложите ему пять минут постоять на балконе и посмотреть на машины, а потом пойти кушать. Желательно, чтобы возможных вариантов у вас было много. И очень важно, чтобы они все-таки устраивали и вас, так или иначе, учитывали вашу цель.

5. И еще один полезный совет. Не упускайте случая показать ребенку, что вам приходится менять свои планы, отказываться от своих желаний и искать другие пути к вашей цели. Проговаривайте вслух подобные ситуации: «Как жаль! Что я сегодня не съезжу в гости к подруге, она сказала, что в этот день не получится, зато я смогу заняться своим любимым делом – вязанием, а в гости поеду в субботу». Дети всему учатся от родителей! Если ребенок будет видеть, что вы не впадаете в отчаяние в любых ситуациях, то и ему будет легче научиться управлять собой

Преодоление детского «НЕТ!»

Во-первых, негативизм – неизбежная характеристика «кризисного» возраста. Это одно из ярких проявлений формирующегося самосознания вашего чада.

Во-вторых, негативизм выполняет серьезную защитную роль. Это защитная реакция, с помощью которой малыш ограничивает поток новых ощущений, и впечатлений. Протестуя против перемен, ребенок хоть как-то контролирует тот поток нового, который в противном случае захлестнул бы его с головой.

Кроме того, ребенок может по-настоящему бояться нового, поскольку он еще плохо знает собственные возможности, испытывает чувство

неуверенности в своих силах. Такой защитный негативизм проявляется у ребенка немного раньше трех лет, в преддверии кризиса, и требует достаточно бережного обращения.

В этот период необходимо подбадривать, поддерживать ребенка, повышать его уверенность в себе. И ни в коем случае не давить, не настаивать упрямо на своей точке зрения. Единственное, чего вы добьетесь, если будете нетерпимы, перерастания недовольства малыша в капризы, а затем в истерики.

Если ребенок встречает в штучки что-то новое, неизвестное, займитесь профилактикой, потому что ребенок проявляет тревогу, опасается и боится. Заранее расскажите о ваших планах. Проиграйте эту ситуацию с игрушками, нарисуйте, придумайте какую-нибудь сказку – возможности для творчества безграничны.

Ну, а ближе к трем годам начинается расцвет собственного негативизма. Теперь пронзительное «НЕТ!» уже адресовано не переменам в окружающем мире, а лично вам. Ребенок отказывается от всего предложенного вами даже вопреки своему желанию, просто для того, чтобы не согласиться с вами. Более того, он выполнит ту же просьбу, если ее повторит другой человек – кто угодно, кроме вас.

Не расстраивайтесь. Это не означает, что он вас разлюбил. Просто происходят глобальные перемены. Страх разлуки с мамой ослабел. Главная задача трехлетки – утвердить свое «Я», убедить взрослых в том, что он может сам принимать решения. Это утомительно для вас, но необходимо для его развития.

Главное для родителя держать в уме ту задачу, которую необходимо выполнить.

Если ребенку проще слушаться в этот момент бабушку или папу, позвольте ему поступить именно так, не давите, не требуйте выполнять именно ваши указания. Он любит вас по-прежнему, он нуждается в вашей любви и понимании. Чем спокойнее и невозмутимее вы будете относиться к его протестам, тем быстрее они уйдут в прошлое.

Есть один хороший способ справляться с «бунтовщиком» - играть с ним в игру «ВСЕ НАОБОРОТ».

«Ни за что не успеешь умыться раньше меня!».
«Наверное, гулять сейчас не стоит, давай дома посидим». И вот, как по волшебству, чистый, умытый и одетый ребенок скачет у дверей и готов идти на улицу. Такая тактика подходит не постоянно, а в период пышного расцвета негативизма. Она помогает избежать ненужных конфликтов с ребенком и наказаний и ссор.

Чаще ищите выход в ролевой игре. Ребенок отказывается садиться за стол, накрывайте его для любимой игрушки и начинайте ее кормить, просите малыша помочь – попробовать не слишком ли горячий суп, и если можно покормить игрушку.

Помогайте самоутверждению ребенка: звоните лично ему по телефону, шлите письма, делайте «взрослые» подарки типа шариковой ручки.

Сбалансируйте ваши поощрения и наказания, ласку и строгость.

Помните о том, что всякий кризис – явление положительное. Ведь к его завершению ваше чадо подрастет и существенно изменится в лучшую сторону. **Ребенок будет обладать самосознанием, то есть в полном смысле слова станет ЧЕЛОВЕКОМ!** А отгремевшие бури утихнут и станут приятными воспоминаниями.

Используемая литература:

- Образцова Л. Н. Я сам! Упрямый ребенок: маленькие подсказки для родителей. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2007. – 77 с.
- Фридман Л. М. Психология воспитания. Книга для всех, кто любит детей. - М.: ТЦ «Сфера», 1999. – 208 с.