

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ПЕРВОЕ РОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ: про кризис 3х лет»

Уважаемые родители!

В 3 года, как говорят психологи, происходит первое рождение личности. Рождение – это всегда мучительно. Всегда. Малыш впервые осознает себя единственным и неповторимым. И он впервые открывает для себя наличие «социальных норм» (оказывается, он ДОЛЖЕН что-то делать – идти гулять, надевать варежки, кушать суп). Но пока может этим нормам лишь противостоять. Отсюда – знаменитое «не хочу – не буду» только потому, что мама сказала «надо», своеволие, протест против всех и вся. Любой неверный родительский шаг приводит к истерике. И ужас заключается в том, что неверным может оказаться вообще любой шаг. Что же делать родителям?



Лучшая стратегия взрослых в этот период – учиться выдерживать эмоции ребенка, оставаться в мудрой, спокойной, уверенной, твердой позиции, не спорить, ждть. Ведь как только родитель начинает беситься, кричать, драться, устраивать истерику в ответ, он теряет свою позицию большого и сильного взрослого, на которого можно опереться, и сам становится ребенком.

КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ: ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ

1. Негативизм. Активное противодействие КОНКРЕТНОМУ взрослому, стремление сделать все наоборот и противоречить (иногда малышу приходится отказываться даже от того, что ему хочется, лишь бы «досадить» взрослым), отчаянное сопротивление любой помощи («я сам!») и любому «нельзя» («а я буду!»), отрицание ради отрицания. На любую просьбу ответ один – «НЕТ!»

«Нет!» - это первая настоящая свобода ребенка. Свобода, которую он осознает и которой может распоряжаться. Ему очень нужно ее почувствовать, это его внутренняя сила. Через нее он понимает: он – отдельный, уникальный, всамделишный человек. И чем сильнее потенциал его «Я», тем чаще, громче и настойчивее будет звучать его «Нет!» (на которое не стоит раздражаться, и за которое не надо наказывать). Это «Нет!» потом позволит ему отказаться от плохой компании, наркотиков, плохих условий работы и неудовлетворительных отношений.

2. Упрямство «из принципа». Ребенок настаивает на чем-то не потому, что ему сильно нужно, а просто потому что ОН так решил.

3. Своеволие. Желание ребенка все сделать самостоятельно и только так, как он считает правильным.

4. Конфликты «на ровном месте». Малыш может быть агрессивным и все время искать поводы поспорить с родителями.

5. Обесценивание. Все, что раньше было ценным и значимым для ребенка, перестает быть таковым: любимые игрушки ломаются, книжки – рвутся, прежние интересы объявляются глупыми. Уже усвоенные правила не соблюдаются.

6. Деспотизм/ревность. Если в семье есть другие дети, у трехлетнего малыша может появиться к ним яркая ревность и нетерпение. Если он в семье один, то часто начинает вести себя как «маленький тиран», требуя от близких взрослых полного подчинения.

КАК ВЕСТИ СЕБЯ, КОГДА РЕБЕНОК «В КРИЗИСЕ»?



1. Прежде всего, вспоминаем все, что мы знаем о «кризисах»: плохое поведение – это сигнал, «сообщение» о том, что «низы» не могут и не хотят жить по-старому, надо менять формат взаимодействия и менять кардинально.

Что хочет сказать ребенок своим «негативизмом»? Он жаждет, чтобы родители признали его самостоятельность, его взрослость, но при этом продолжали любить, заботиться и поддерживать.

Не всегда стоит идти на принцип и непременно добиваться того, чтобы ребенок послушался «здесь и сейчас». Пусть он почувствует свою «свободу», жалко что ли? Чем меньше давления, тем быстрее выход из этого негативистского пика.

2. Основа любого «детского» кризиса - в стремлении к самостоятельности, новым отношениям с родителями, значит, всячески даем ребенку почувствовать, что он уже взрослый:

- Просим у него совета, помощи («подскажи, как мне поступить?», «переведи меня через дорогу, пожалуйста», «а что бы ты сделал на моем месте?»);

- Всегда предлагаем выбор («ты будешь кашу с компотом или с чаем?», «ты пойдешь в садик с машинкой или с мишкой?») - при этом сам факт того, что ребенок будет есть кашу или пойдет в детский сад как бы не обсуждается);

- Золотое правило: НЕ делаем за ребенка ничего из того, что он может делать сам, но (!) не отказываем в помощи, если ему трудно и он готов эту помощь принять;

- Пытаемся уважительно относиться к его желаниям и интересам (если занят чем-то неопасным – не вмешиваемся, если хочет что-то вполне возможное – выполняем, если отказывается от чего-то и это можно пережить – не настаиваем), учим его договариваться и следовать договоренностям;

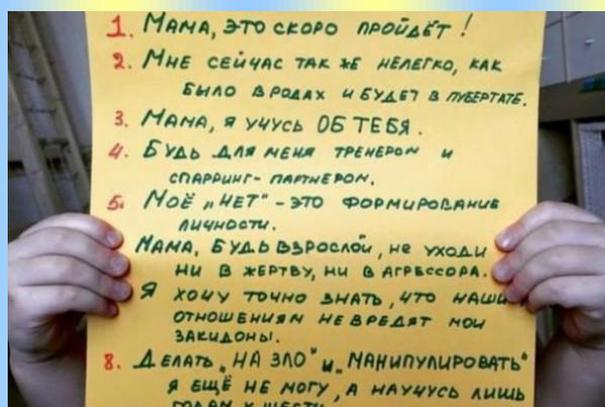
- Малыш сопротивляется ВАМ, его близкому взрослому, но он, возможно, не будет возражать, если с какой-то просьбой к нему обратится его любимая игрушка, машинка, и с радостью выполнит ее.

3. Если ребенок что-то требует, чего-то не хочет, вновь и вновь совершает запрещенное действие, одним словом – бунит, следуем простому правилу: «понять-озвучить-дать ответ». То есть, пытаемся понять, чего конкретно добивается малыш, озвучиваем это, сообщаем, что собираемся предпринять, и твердо следуем принятому решению (твердо!).

4. Наша задача – принять чувства ребенка (и показать, что мы их приняли), но при этом устойчиво гнуть свою линию, следовать своему слову и решению (иногда, впрочем, проявляя ситуативную уступчивость, но это особое мастерство – видеть и чувствовать, когда и где она уместна).

5. Не забываем, что главные наши «воспитательные средства» (и не только в периоды кризисов): увлекательные истории, игры, любые нестандартные действия и неожиданные ходы, способность обратить все в шутку или вместе поозорничать.

А самые-самые главные – любящий взгляд, объятия, поцелуи, добрые слова и нежные прикосновения.



педагог-психолог Чаматова С.П.
высшая квалификационная категория

Источник: Чеснова И.Е. «Я буду лучшей мамой!», изд-во «АСТ», 2017