

Бунт младенца или как пережить кризис 3-х лет

Кризис проходит со временем сам - отчасти это верное утверждение. Вот только как он пройдет и с какими последствиями - во многом зависит от поведения родителей. Все возрастные кризисы должно объединять одно: желание родителей помочь ребенку преодолеть этот этап в жизни. Как справиться с протестами ребенка, и почему кризис - это хорошо?!

Проявите гибкость

Ошибка многих родителей в том, что они воспринимают кризис как нечто ненормальное. Они словно не ожидали такого «удара» от своего ребенка, и порой начинают воевать с ним на полном серьезе. В ход идут крики, угрозы, оскорбления, а порой, как это ни печально, даже насилие. И даже когда видят, что ситуация от этого не меняется, а становится только хуже, продолжают общаться с ребенком в духе совершенно непонятных для него фраз: «Успокойся», «Перестань плакать», «Скажи, что тебе нужно».

Такая тактика говорит о неспособности взрослых показать свой авторитет. Если родитель пытается доказать ребенку, что он старше, он тут главный, то это уже говорит о том, что он ставит себя на равных.

Представьте льва, на которого бросается маленький львенок. Как отреагирует лев? Он просто отмахнется от львенка, ему не нужно доказывать, что он главный. А малыш, который прыгает на льва и кусается, всего лишь примеряет на себя роль взрослого хищника - и пусть тренируется.

Родителям нужно использовать точно такую же тактику: не давить своими замечаниями и запретами, а проявлять гибкость, изворотливость, не вызывая в ребенке бурю протеста. И это не значит потакать. В результате ребенок должен видеть, что мама и папа все равно добились своего, но сделали это обходными путями.

Ищите связь состояния ребенка с его поведением

Как правило, бунты и провалы в поведении ребенка случаются из-за усталости и переутомления малыша. Нарушения режима, эмоциональные перегрузки, перебор с развивающими занятиями. Малыши взрываются, когда им не хватает навыков, чтобы сделать-то самостоятельно, или когда мама не может помочь в какой-то ситуации.

Ищите закономерности, из-за чего поведение ребенка становится неконтролируемым. Лучше обсудить этот вопрос вместе с мужем: папы обычно более объективные. Сводите к минимуму ситуации, в которых вы не знаете, как себя вести: на детских площадках, в магазинах, общественных местах. Помогите ребенку освоить навыки, из-за которых он чаще всего расстраивается: застегнуть куртку, вставить соломинку, открутить крышку на бутылке.

Давайте ребенку положительную обратную связь

Как ни парадоксально, но вы должны показывать ребенку, что одобряете его поведение. Почаще хвалите, поощряйте его за самостоятельные действия. И увидите, что малыш станет меньше пытаться самоутвердиться.

Используйте такое правило: одно замечание - три похвалы. Даже когда нет очевидных поводов, всегда можно найти, за что похвалить ребенка.

Попросите его подать вам вареники, отнести продукты на кухню, открыть дверь. Как видите, поводов огромное количество. И после того, как ребенок выполняет ваши просьбы, обязательно говорите ему, как он здорово справляется с поставленной задачей.

Примите кризис и научитесь видеть в нем пользу

Во время кризиса ребенок приобретает полезные и принципиально важные черты, которые нужно не сломать. Кризис отнюдь не портит характер ребенка, а только усиливает многие черты. Чтобы сделать правильные выводы, важно знать, во что выливается каждое проявление кризиса.

- **Здоровая амбициозность:** негативизм, отказ делать то, что просят родители
- **Уверенность в себе:** упрямство, желание стоять на своем до последнего
- **Поддержание индивидуальности:** строптивость, отказ от привычного

- **Самостоятельность:** своенравность, стремление все делать самому и не зависеть от взрослых
- **Сила характера:** протест, желание намеренно делать то, что нельзя
- **Умение стоять на своем:** деспотизм, стремление диктовать и быть главным
- **Гибкость ума:** отказ любимых игрушек и занятий

Проявите гибкость: малыш не хочет надевать шапку - купите ему яркий головной убор с любимыми героями, или дайте несколько шапок на выбор. Смещайте акценты: не запрещайте помогать вам готовить, а позволяйте делать то, что ребенку по силам. Учитесь спокойно относиться к любым эмоциям ребенка. Помните: задача родителей - не сломать, а построить.