



Алтайский краевой центр
психолого-педагогической и медико-социальной помощи

ДАЙДЖЕСТ

для родителей детей дошкольного возраста



Цветы будущего в семенах настоящего
Кризис трех лет

Содержание

Введение

Негативизм ребенка 3-х лет

Как реагировать на **упрямство** ребенка

Как пережить **строптивость**?

Своеволие: своя ли воля?

Протест-бунт и детская истерика

Обесценивание

Деспотизм

Введение

Возраст 3-х лет по праву считается одним из самых сложных в жизни родителей и детей: поведение ребенка резко меняется, и управлять им становится достаточно сложно. Но если правильно подготовиться к кризису, можно пережить его без сильных переживаний. В этом дайджесте мы расскажем Вам об оптимальных воспитательных стратегиях в этот период.

Возрастной промежуток между 2 и 3 годами - ступенька, ведущая из младенчества в детство:

В организме крохи происходят серьезные физиологические изменения - заканчивается формирование коры головного мозга, становится более крепкой костно-мышечная система.

Малыш уже умеет подниматься и спускаться по ступенькам, открывать ящики шкафов, быстро бегать и пинать мяч ногами.

Активно развивается речь - отдельные слова складываются в предложения. Вчерашний несмышленик начинает выражать свои желания словами и стремится общаться со всеми окружающими.

Кроха охотно играет с ровесниками. Свое стремление влиться в социум он выражает, имитируя поведение взрослых. Протест-бунт

При всем прогрессе мышление малыша остается недостаточно развитым. Большинство действий происходит импульсивно, нет контроля над желаниями, реальный мир не отделяется от фантазий. Стремление быть самостоятельной личностью вступает в противоречие с особенностями нейробиологии, что приводит к внутреннему конфликту и возрастному кризису 3-х лет. Обесценивание

Возрастной кризис – это бурный, сравнительно кратковременный возрастной период, во время которого развитие делает своеобразный скачок. Обычно слово «кризис» ассоциируется у нас с негативным периодом, в котором разрушается все, что создано. Однако в период возрастного кризиса происходят и значительные позитивные сдвиги в психическом развитии, переводящие ребенка на новый этап взросления:

- формируются волевые качества - умение добиваться своего, настаивать на своем решении. Ребенок учится проявлять себя в эмоциях и действиях, делать выбор, полагаясь на свои ощущения и желания.
- исследуются собственные возможности в противостоянии со взрослыми, формируется понимание «что такое хорошо и что такое плохо», изучаются границы дозволенного: когда взрослые непреклонны в своем решении, а когда можно настоять на своем.

Кризис 3-х лет относится к числу острых, его продолжительность может достигать года. В этот период происходит своеобразное отделение ребенка от мамы. Он начинает понимать себя как отдельного человека, говорить о себе «Я», что является отправной точкой развития самосознания. В зависимости от индивидуальных особенностей ребенка кризис может начаться раньше или позднее 3-х лет. В целом, границы возрастного диапазона его наступления и проявления могут колебаться от 2,5 до 4-х лет.

Советский психолог Лев Выготский выделял семь признаков кризиса, так называемое **«семизвездие»** кризиса:

Негативизм «Делаю назло!» – реакция не на содержание предложения взрослых, а на то, что оно идет от взрослых. Ребенок относится негативно к просьбе взрослого, даже если речь идет о том, чего он сам хочет.

Упрямство «Я так решил!» – ребенок настаивает на чем-то не потому, что хочет, а потому, что он этого потребовал. Ему очень важно добиться этого во что бы то ни стало.

Строптивость «Не хочу подчиняться!» – она направлена на бытовой уклад и режим дня, к которым родители старались приучить малыша до трех лет. Он отказывается ложиться спать в нужное время или убирать за собой игрушки.

Своеволие «Я могу сам!» – стремление все делать самостоятельно, даже если детских возможностей для этого пока недостаточно.

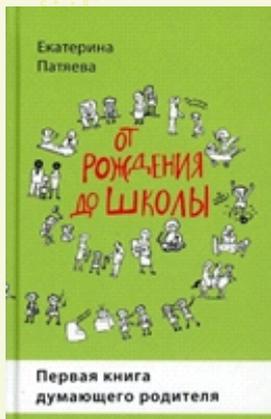
Протест-бунт «Мне все надоело!» – ребенок в состоянии «войны» и конфликта с окружающими. Ребенок начинает активно бунтовать против того, что ранее выполнялось им спокойно и безропотно.

Обесценивание «Не люблю вас! Вы – плохие!» – ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей; может рушить и ломать все, что ему было дорого (даже любимые игрушки).

Деспотизм «Делайте так, как я хочу! Я – хозяин и повелитель!» – ребенок заставляет родителей делать все, что он требует. Может проявляться в форме ревности.

Мы выделили ключевые особенности каждого из семи признаков кризиса 3-х лет и собрали информацию о воспитательных стратегиях, которые помогут семье успешно его преодолеть, сформируют у ребенка новые способы и формы поведения и откроют перед ним новые возможности.

Негативизм ребенка 3-х лет



Механизм формирования негативного поведения ребенка очень подробно описан в книге Екатерины Пятаевой «От рождения до школы. Первая книга думающего родителя». Она подчеркивает, что в возрасте до 1,5-2 лет малыш биологически настроен на подчинение и выполнение речевых команд взрослого. Появление же к трем годам у ребенка возможности выражать свои желания / нежелания словами («Иди сюда! – Не хочу!») делает возможным противостояние ребенка со взрослым.

Начиная с этого времени родители, чтобы заставить ребенка слушаться, должны прибегать к строгости – т.е. к разнообразным способам эмоционального и иного давления на ребенка – во всех ситуациях, где его желания расходятся с их представлениями о том, как следует поступить в данном случае.

Формы давления могут быть различными:

- повышение голоса;
- выговаривание ребенку;
- угрожающие интонации;
- наказание или угроза наказания.

- Используя формы давления на ребенка 3-х лет, родители пытаются сохранить отношения непосредственного подчинения ребенка взрослому, которые применялись в отношениях с малышом более раннего возраста.

- Угрозы, требования, приказы направлены на подавление собственной воли малыша, поэтому они неизбежно порождают сопротивление. Подавление и обвинение неприятны каждому, протест – естественная реакция на любое давление.

- Последовательное стремление добиться от ребенка полного послушания приводит по мере взросления к противостоянию родителей и ребенка, а затем и к их отчужденности друг от друга

Кроме того, маленький ребенок очень склонен подражать взрослым, он самой природой «запрограммирован» на подражание, и если мама и папа стремятся во всех ситуациях заставить ребенка слушаться, он постепенно будет осваивать те способы эмоционального давления, к которым они прибегают (повышение голоса, угрозы наказания, ругань), и начнет сам применять их в общении с родителями.

Предлагаем Вам воспользоваться рекомендациями семейного психолога, лауреата премии Президента РФ в области образования **Людмилы Петрановской**, по сохранению у родителей терпения в ситуациях проявления негативизма ребенка 3-х лет.

1. Проанализируйте трудное поведение ребенка, задав себе вопросы:

- поведение было трудным всегда или появилось в какой-то момент?
- что этому предшествовало?
- что могло в это время вызвать у ребенка стресс, или протест, или ревность?
- в чем сейчас может быть у ребенка особая потребность?
- что Вы уже пробовали делать и какой был результат?

2. Найдите «пружину», которая движет ребенком. Начните с анализа собственных чувств и чувств ребенка: если ребенок боится, мы тоже можем почувствовать страх, если злится - мы тоже злимся; если он намерен выяснить, «кто здесь главный», мы испытаем прилив агрессии и мобилизуемся для отпора.

3. Используйте «Я – высказывания». Этим мы демонстрируем ребенку, что не намерены залезать на его территорию, даем ему понять, что наша с ним связь в безопасности, даже если его поведение нам не нравится.

4. Дети мыслят действиями и телом. Объяснения могут сопровождать показ, но главное - что вы делаете, а не что говорите.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



Семейный психолог, гештальт-терапевт **Ольга Федоненкова** считает, что в воспитании ребенка от 2 до 4 лет родителям следует придерживаться трех основных правил:

1 правило: если до кризиса 3-х лет у ребенка будут сформированы ритуалы (например, мыть руки после прогулки, убрать игрушки и т.д.), то приобретенные на основе ритуалов автоматические привычки снижают уровень негативизма у ребенка 3-х лет;

2 правило: не надо ничего ребенку объяснять – покажите на своем примере;

3 правило: установите с ребенком контакт, а потом воспитывайте

«Трудное» поведение очень энергозатратно, и если необходимость в нем отпадает, так как стоящая за ним потребность уже удовлетворяется, то оно проходит само по себе.

Как реагировать на упрямство ребенка?

Есть ли в таком поведении положительный смысл? Да. Ребенок таким образом учится настаивать на своем первоначальном решении, быть верным ему, развивается такое качество как ВОЛЯ, без которого нам, взрослым людям, невозможно жить в обществе.

Позиция родителя заключается в том, чтобы **ограничить все, что категорически нельзя**. Здесь необходима твердость. Если ребенку что-то опасно, родители или находятся рядом, или категорически запрещают ему. А **в границах, где ребенку безопасно, разрешается все**.

В семейной психологии есть упражнение, когда родители садятся за стол переговоров и СОВМЕСТНО вырабатывают перечень правил по трем пунктам:

- ребенку категорически запрещено,
- ребенку можно делать совместно с родителем,
- ребенку можно.

Получается таблица из трех столбцов, которая после тщательно обдуманного заполнения вешается на холодильник, красиво украшается магнитами. Теперь родители могут пользоваться ею, дополнять и изменять с течением времени. В чем плюсы такой таблицы:

- уменьшается количество спорных ситуаций, когда родитель разрешает то, что запрещает другой,
- с таблицей могут ознакомиться люди, которые принимают участие в воспитании ребенка или общаются с ним (бабушки, дедушки, няни и т.д.) и действовать слаженно с мнением родителей,
- ребенку можно в игровой форме предъявить «свод законов нашего королевства», и он будет способен проще их усвоить. Важно также объяснить ребенку, почему что-то запрещено.
- у ребенка сформируется баланс между Можно и Нельзя, он будет хорошо чувствовать эту грань.

Воспитание – это эксперимент по поиску оптимальных границ. Человек приобретает опыт по принципу маятника. Мы качнулись в одну сторону – столкнулись с одной границей, сразу же качнулись в другую сторону – опять граница. Прощупав границы, мы понимаем, где баланс.

ЛАЙФХАКИ ОТ УСПЕШНЫХ РОДИТЕЛЕЙ

- Дочке вдруг надоело мыть руки перед едой, она упрямо проходила мимо умывальника сразу к столу. Тогда мама попросила девочку помыть руки себе. И Наташа сделала это с удовольствием, мыла лучше, чем себе, и даже помогла вытереть руки.

- Мой 3-х летний сын не хотел возвращаться домой с прогулки. Мимо него прошествовала великолепная колли, явно не из нашей округи.
- «Слушай, - сказала я сыну, - побежали домой, расскажем папе, кого мы видели!» Ребенок со всех ног рванул домой делиться впечатлениями.

Как пережить строптивость?

Строптивость направлена против норм воспитания, сложившегося образа жизни. Если появился такой симптом, это повод задуматься об изменении социальной ситуации вокруг ребенка.

Вспользуемся советами детского психолога **Нatalьи Елизаровой**, описанных в статье [«13 принципов укрощения маленьких строптивцев»](#)

Как реагировать родителям, когда ребенок на вопрос: «Почему ты еще не в постели?» отвечает: «Не буду ложиться спать!»

- Вам нужно свою просьбу переформулировать так, чтобы она давала ребенку право выбора, к примеру: «Ты можешь сначала выпить чай, а потом сразу должен лечь спать».

- Иногда причиной отказа отправиться спать является боязнь оставаться в комнате в одиночестве. В этом случае вам нужно посидеть рядом с малышом некоторое время и не гасить ночник в детской.

- И по мере того как ваш малыш взрослеет, можно увеличивать время бодрствования хотя бы на десять минут со словами: «Теперь ты стал взрослее и можешь ложиться спать немного позже».

«Не стану убирать свои игрушки!»

Ребенок словно испытывает взрослого на прочность: «Что же ты сейчас станешь делать, если я все-таки не уберу свои игрушки?»

Какую модель поведения обычно выбираете Вы в этой ситуации:

- ✓ обычно сами убираете игрушки;
- ✓ заставляете ребенка их убрать;
- ✓ спокойно выходите из комнаты, мол, пусть игрушки валяются, в конце концов малышу это надоест и он уберет их сам?

Что надо делать?

- Для начала разделите ответственность вместе с ребенком. Ведь малышу сложно бывает убрать сразу все игрушки, поэтому страх перед большим объемом работы и подталкивает его к ответу «Не хочу, не буду».

- Предложите ребенку посоревноваться, кто из вас сможет быстрее собрать игрушки. Или придумайте игру, в которой обязательно нужно собрать все игрушки и спрятать в ту коробку или эту корзинку, чтобы они не достались какому-нибудь сказочному злому Серому Волку.

- А можете назначить ребенка своим самым главным помощником и предложить вместе убрать у него в комнате, а потом дружно переместиться на кухню или в гостиную.

По мере того как ребенок взрослеет, у него возникает потребность чувствовать себя самостоятельным, он требует уважения к себе и своей точке зрения со стороны окружающих, хочет, чтобы с ним считались. Что делаем мы, взрослые? Мы запрещаем, говоря «ты еще маленький», «тебя никто не спрашивает».

Своеволие: своя ли воля?

Своеволие не нужно путать со стремлением к самостоятельности. Одно дело, когда малыш пытается сам снова и снова завязать шнурок или взболтать яйцо в тарелке, но при этом прислушивается к советам взрослым и не отказывается от помощи. И совершенно другое - когда он при этом злится, никого не слушает, выполняет все неправильно, отталкивает руку родителей. Нередко это заканчивается печальными ситуациями: без разрешения включаются в сеть бытовые приборы, портятся ценные вещи, ребенок уходит далеко от дома.

Психолог Татьяна Шаранда в статье **«Уймите вашего ребенка!»** акцентирует внимание на том, что познать границы дозволенного малыш может только через действия. Читать нотации неэффективно. Знакомство с понятиями, что такое «плохо» или «хорошо», демонстрируется на практике, через игру или на жизненном примере.

«Магазин»

- Ребенок - в роли продавца. Родитель управляет любимой куклой, которая является в данной ситуации покупателем. Она капризничает, все разбрасывает, плачет, кричит, катается по полу, требует отдать ей товар без денег. Малыш должен не только увидеть со стороны, как ужасно смотрится такое поведение, но и узнать в игрушке себя. Допускается в конце игры сделать вывод: «Ты ведёшь себя так же. Разве это хорошо?».

«Сказочники»

- Родители сочиняют вместе с ребенком сказки, сюжет которых похож на то, что они проживают каждый день. Например, принцесса утром отказалась есть манную кашу. Из-за этого она поссорилась с папой-королем, тот рассердился и запер ее в высокой башне, в которой ей пришлось томиться без прогулок и любимых игрушек. Конкретных аналогий с ребенком проводить не нужно, выводы, как в игре «магазин», не делаются. Он сам должен понять смысл сказки и сказать, почему с ее героями случились такие несчастья.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



Врач-педиатр **Екатерина Юрьева** предлагает познакомиться с пятью базовыми правилами, которые помогут быстро успокоить ребенка во время истерики:

1. Определите причину истерики, для предотвращения ее в будущем;
2. Дайте возможность ребенку испытать эмоцию;
3. Назовите эту эмоцию и расскажите ребенку о ней;
4. Проявите сопереживание;
5. Спланируйте совместную приятную деятельность с ребенком.

Введение

Негативизм

Упрямство

Строптивость

Своеволие

Протест-бунт

Обесценивание

Деспотизм

Так что упрямыми наши дети не рождаются, это мы сами своими неправильными действиями воспитываем в них строптивость и желание делать все наперекор. А если задуматься, какое качество необходимо нам для достижения цели? Да-да, именно упрямство, потому что без здорового напора трудно чего-то добиться в жизни. И на самом деле проявление детьми строптивости - это залог того, что они вырастут настойчивыми, уверенными в себе, смогут отстаивать свою точку зрения и вообще будут самодостаточными людьми.

ИТАК, как следует вести себя родителям, чтобы ситуации строптивного поведения формировали у 3-х летнего ребенка самостоятельность?

Сменить тактику и стратегию общения с ребенком: пора признать, что он взрослый (ну, почти), уважать его мнение и стремление к самостоятельности. Взрослым надо перестать делать за ребенка то, что он способен выполнить сам. Самое время научиться застегивать одежду, раздеваться, выполнять простые действия по дому.

Постоянно предлагать выбор (либо иллюзию выбора). Скажем, мама знает - пора на прогулку, и предлагает: «Костик, мы гулять пойдем пешком по ступенькам или на лифте?». (Варианты: В черной куртке или зеленой? Ты есть будешь борщ или кашу? Из тарелки с цветком или с машинкой? Ложкой или вилкой?).

Не заставлять, а просить помочь: «Сережа, переведи меня за руку через дорогу, а то мне страшно». И вот уже сынок крепко цепляет маму за руку - ситуация под контролем и без конфликта.

Необходимо рассчитывать, что ребенку на все надо больше времени, чем взрослому, ведь у него пока другие тип нервной системы и ритм жизни. Скажем, маме надо несколько минут, чтобы одеться самой и одеть ребенка, но ведь он теперь одевается сам - значит, начинать процесс надо на полчаса раньше.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



Елена Кальная-Данилюк, мама троих детей, психолог, тренер, психотерапевт, поделилась в своем видео собственным опытом формирования самостоятельности у детей в период кризиса 3-х лет. Любопытно, что хуже всего ребенок ведет себя с тем человеком, к которому он больше всего привязан, как бы желая получить «разрешение» перейти на следующий уровень своего социального развития.

Протест-бунт и детская истерика

Злость - одна из важнейших эмоций человека. Она проявляется не только в случае реальной опасности, но и в попытках защитить свой внутренний мир: мысли, желания, убеждения. Большинство детских капризов - не что иное, как пробы гнева, тестирование способов самозащиты. Дети всегда злятся, когда их заставляют делать то, что они не хотят, например, доест кашу, убрать за собой, вылезти из лужи. Гнев помогает защищать личные границы и достигать поставленных целей, он нередко придает сил. Ребенку необходимо знать о том, что все люди злятся, и что это нормально. Тем не менее злость - разрушительное чувство, поэтому надо контролировать его, не позволяя «брать вверх над другими эмоциями», чтобы не навредить себе и окружающим. А помогут в этом упражнения психолога Виктории Шиманской, которые автор дает в книге «Эмоциональный интеллект для детей и родителей. Учимся понимать и проявлять эмоции, управлять ими».

Упражнение - игра «Приручение зверя»

- Представим злость в виде зверя. Она может быть птеродактилем, огнедышащим или трехглавым драконом, волком, тигром ... Зверю нужна личная территория - вольер, где он может находиться, не создавая дискомфорта своим владельцам. Здесь любимый корм, удобная подстилка, резиновые игрушки - внутреннему зверю должно быть комфортно и приятно в своем «доме». Снаружи вольера - крепкий замок, а ключ от него, склеенный из картона или купленный в магазине, хранится у малыша в укромном месте. Пусть ребенок знает, что ключ от клетки - его вещь, и в любой момент он может приманить внутреннего зверя косточкой или сахаром и, препроводив в убежище, запереть дверь. И так всякий раз, когда его надо будет усмирить.

Упражнение «Меч гнева»

- Нужно вообразить себя обладателем волшебного меча, лезвие которого в моменты злости удлиняется и сжигает все, что попадает на пути. Как и у всех волшебных предметов, у меча есть хитрая «кнопка выключения» - он подчиняется мыслям хозяина: нужно сконцентрировать на нем взгляд и приказывать: «Укорачивайся». Волшебный меч символизирует гнев - его по желанию можно сделать огромным или совсем маленьким — смотря какой нужен: возможно, сильно распалиться не стоит, достаточно немного припугнуть врага.

Взрослым тоже необходимо уметь брать себя в руки. Вот одно из упражнений Виктории Шиманской для родителей.

Взгляд со стороны

Представьте, что обладаете суперспособностью наблюдать за собой со стороны. В момент злости удобно сядьте и в мельчайших деталях представьте, как выглядите сейчас, как дышите, на что смотрите. Каким видит вас ребенок? Подумайте, как можно помочь себе. Мысленно обнимите себя, погладьте по голове, скажите ободряющие слова, успокойте - и возвращайтесь в момент. Накал спадет.

Как реагировать на детскую истерику?

Детская истерика может произойти где угодно - от семейной кухни до автобусной остановки. Громкие рыдания и крики выражают возмущение, гнев, разочарование. Истерика устраивается для зрителя - чтобы получить ласку, внимание, желаемую вещь.

Родителям важно сохранять спокойный, доброжелательный тон. Раздражение и крики родителей взвинчивают детей еще сильнее.

- На ультимативное требование ребенка говорим твердое и жесткое «Нет!». И отворачиваемся. Главное, сохранить внешнее спокойствие и бесстрастность.
- Если ребенок демонстративно упал в лужу или на проезжую часть, берем в охапку, переносим в безопасное место и кладем, как взяли - пусть там покричит.
- Создаем приятные перспективы - иногда это тоже помогает успокоить. Например, мама говорит: «Коля, ты раскричался, потому что очень хотел посмотреть мультик. Но сейчас мы пойдем покупать хлеб. По пути купим фломастеры, будем рисовать».
- Когда малыш успокоится, поняв, что метод не работает, не критикуйте его: «Чего ты орал, мне стыдно, на тебя люди смотрят...». Лучше скажите с горечью: «Мне очень неприятно, что получился такой крик...» или «Я так сердита на то, что произошло, что мне прямо самой кричать хочется!». Такие фразы учат ребенка выражать свои эмоции. Позже он тоже будет говорить примерно так: «Мне обидно, что ты не заметила моих стараний!».

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



Практический психолог **Марина Романенко** предлагает родителям выполнить 5 шагов, чтобы остановить истерику ребенка, если она не является манипулированием:

1. Отреагировать (повернуть голову, но не говорить с ребенком).
2. Присоединиться (подойти и присесть, но не говорить)
3. Проанализировать ситуацию (посмотрите на выражение лица своего ребенка, спросите его: «Ты расстроен?» / «Ты злишься?» / «У тебя что-то не получилось?»). С помощью вопроса вы включаете ребенка в диалог.
4. Выяснить причину, спросив ребенка: «Покажи мне, чего ты хочешь?» / «Что случилось? Расскажи. Я хочу помочь тебе». Включив ребенка в диалог с собой, Вы препятствуете дальнейшему нарастанию эмоционального напряжения.
5. Ответить ребенку: выразить свою позицию и объяснить ребенку, почему в данном случае Вы принимаете то или иное решение.

Обесценивание

В период «кризиса 3-х лет» в глазах ребёнка обесценивается все то, что было для него привычно, интересно, дорого раньше. Симптом обесценивания может проявляться в том, что ребёнок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей, ломать любимые игрушки.

На эти вопросы отвечает, психолог, Юлия Василькина в статье [«Мама, ты плохая!» «Я тебя не люблю!» Стоит ли обижаться на ребенка?»](#)

Это испытание, которое должен пройти, наверно, каждый из родителей. Кто-то умеет построить отношения с малышом так, что эти фразы бывают очень редкими, а в некоторых семьях они, к сожалению, привычный фон общения. Для того чтобы правильно справиться с таким неприятным поведением ребенка, нужно понять, почему он говорит эти фразы? Хочет ли он чего-то добиться или просто «выпускает пар»? В чем же причины такого поведения?

Первый, и самый ранний по проявлению мотив жестоких слов, адресованных родителям, – это непосредственная эмоциональная реакция, выражение обиды. Схожий, но несколько другой мотив – это стремление донести до родителей, что они не правы, демонстрация обиды.



Что делать?

Не обижайтесь и сохраняйте спокойствие, через некоторое время ребенок успокоится, и ваша взаимная любовь вернется. Если он вырывается – не настаивайте. Просто присядьте рядом, чтобы быть на одном уровне с его лицом. Дальше проговорите его чувства, например, «Я знаю, что ты очень расстроен, что я забрала у тебя уют».

Если вы сами будете сохранять спокойствие, то через некоторое, не слишком длительное, время вы поймете, что малыш успокаивается.

Манипуляции не рождаются «ниоткуда», чаще всего – это отработанный стереотип поведения.



Что делать?

Скорее всего, на этом этапе вы слышите подобные фразы от ребенка с неприятной регулярностью. Для этого нужно сломать стереотип. Вам нужно будет проявить твердость и стоять на своем до конца. Нельзя сейчас конфету, значит – нельзя.

Следующий мотив того, что дети говорят жестокие слова, это разделенная агрессия, нахождение в «группе поддержки».



Что делать?

Ругать за это малыша бесполезно, хотя именно это хочется сделать родителям. Если вы «показательно» ругаете ребенка, испытывая внутри удовлетворение от того, что он на вашей стороне, то такие «воспитательные» меры не только не приведут к исчезновению поведения, но и закрепят его. Выход тут один – нужно разбираться со своими взрослыми проблемами.

Еще один внутренний мотив для жестоких детских слов – это выражение истинных чувств к человеку.



Что делать?

Скорее всего, на этом этапе вы слышите подобные фразы от ребенка с неприятной регулярностью. Для этого нужно сломать стереотип. Вам нужно будет проявить твердость и стоять на своем до конца. Нельзя сейчас конфету, значит – нельзя.

Самое главное – это научиться прощать малыша, не копить обиду на него. Жестокие слова ребенка – лишь следствие тех ошибок, которые совершают родители (невнимания, грубости, излишней мягкотелости). Не нужно бороться с самими словами, надо смотреть «вглубь», на то, что за ними скрывается. И тогда вы будете гораздо чаще слышать от малыша слова любви и нежности.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



В видеоролике **«Детское обесценивание: что делать?»** психолог, врач-педиатр Светлана Зиду акцентирует внимание родителей на необходимость соблюдения спокойствия в ситуации обесценивания: чем больше напряжение у ребенка, тем больше должно быть покоя у Вас внутри. В этот момент ребенок хочет услышать: «Как бы ты не ругался, я все равно тебя сильно люблю. Я с тобой. Я всегда буду с тобой».

«Я тебя не люблю!», «Ты – плохая!», «Уйду жить к бабушке!» – эти фразы, вероятно, слышали многие родители от своих детей. Сердце затапливает обида: как же так, мы для него все делаем, а он такое говорит! Возникает вопрос: почему, ну почему же он так сказал? Неужели и вправду не любит? Неужели считает плохой? Правда ли хочет жить с бабушкой?

Детский деспотизм

Замечаете, что детские капризы превратились в затяжные истерики, а просьбы ребенка больше похожи на приказы? Кажется, дома у вас подрастает маленький тиран: сам ничего не делает, а только требует, требует... В какой момент вы допустили ошибки в его воспитании, и можно ли их теперь исправить?

Ответы на эти вопросы вы найдете на сайте Детского телеканала «О!» в статье [«Почему ребенок ведет себя как деспот? Исправляем ошибки воспитания»](#) **Марии Баулиной**, канд. псих. наук, нейропсихолога, доцента факультета клинической психологии Московского института психоанализа.

Ошибка 1. Нечеткие требования

Как исправить? Принимая решение, старайтесь просчитать последствия.

Ошибка 2. Общение по принципу: «Ты - мне, я - тебе»

Как исправить? Старайтесь не начинать торговлю сами, чтобы не подавать пример. Выясняйте причины, по которым ребенок настаивает на своем, и высказывайте свою точку зрения.

Ошибка 3. Ложные угрозы

Как исправить? Чтобы не загонять самих себя в тупик, взрослым лучше отказаться от невыполнимых угроз.

Ошибка 4. Подавление самостоятельности

Как исправить? Обучайте малыша новым навыкам, постепенно и регулярно.

Ошибка 5. Страх нарушить права ребенка

Как исправить? Напоминать себе, что ребенок еще далеко не все решения принимает осознанно, понимая последствия. Объясняйте и учите, но не перекладывайте на него ту ответственность, которая пока для него непосильна.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



Светлана Панца, психолог предлагает игры, которые помогут ребенку справляться со своими негативными эмоциями и снизить уровень агрессивности. Игры: «Барашек», «Топор», «Привидение» помогут ребенку контролировать свое поведение. В такие игры можно играть и дома с семьей, и на улице, в песочнице.