

Советы и рекомендации родителям о воспитании ребенка раннего возраста

«Как пережить кризис трех лет»

Кризис трех лет обычно длится несколько месяцев, затем успешно проходит сам собой, однако психологи советуют родителям придерживаться определенных правил, чтобы уберечь себя и малыша в это время от лишней нервозности. Задача родителя во время кризиса трех лет – помочь малышу пережить сложный период, поэтому ищите во всем положительные стороны, ведь все эти возрастные проявления помогут ребенку научиться таким важным качествам, как настойчивость, терпение, самостоятельность и целеустремленность.



Правило первое – поощряйте самостоятельность ребенка. Если малыш что-то хочет сделать сам, не нужно предлагать ему помощь и пытаться контролировать его действия. От этого он будет еще больше раздражаться. Лучше просто обеспечить его безопасность во время выполнения задачи и похвалить, когда у него все-таки получится задуманное. Чтобы избежать постоянных капризов со стороны малыша, можно перед тем, как в чем-то ему помочь, спрашивать: «Ты это сделаешь сам или тебе нужна помощь?»



Правило второе – если ругаете малыша, то только за проступок! Нельзя обзывать ребенка такими словами, как жадина, дурак, глупый, бестолковый, вредина, поскольку он действительно может стать таким. Ругать можно только за неправильный поступок, но ни в коем случае не критиковать личность ребенка.



Правило третье – сохраняйте спокойствие! Чем спокойнее вы реагируете на выходки малыша, тем меньше у него будет желания досадить вам. Крик и ругань провоцируют ребенка еще больше раздражаться и отстаивать свое мнение, поэтому необходимо взять себя в руки и отвечать спокойно, даже если малыш ведет себя отвратительно.



Правило четвертое – давайте малышу право выбора. Кризисный период у детей проходит намного спокойнее, когда родители считаются с их мнением. Пусть кроха сам решит, будет ли он завтракать, какой мультфильм будет смотреть, и на какую детскую площадку вы отправитесь с ним во время прогулки.



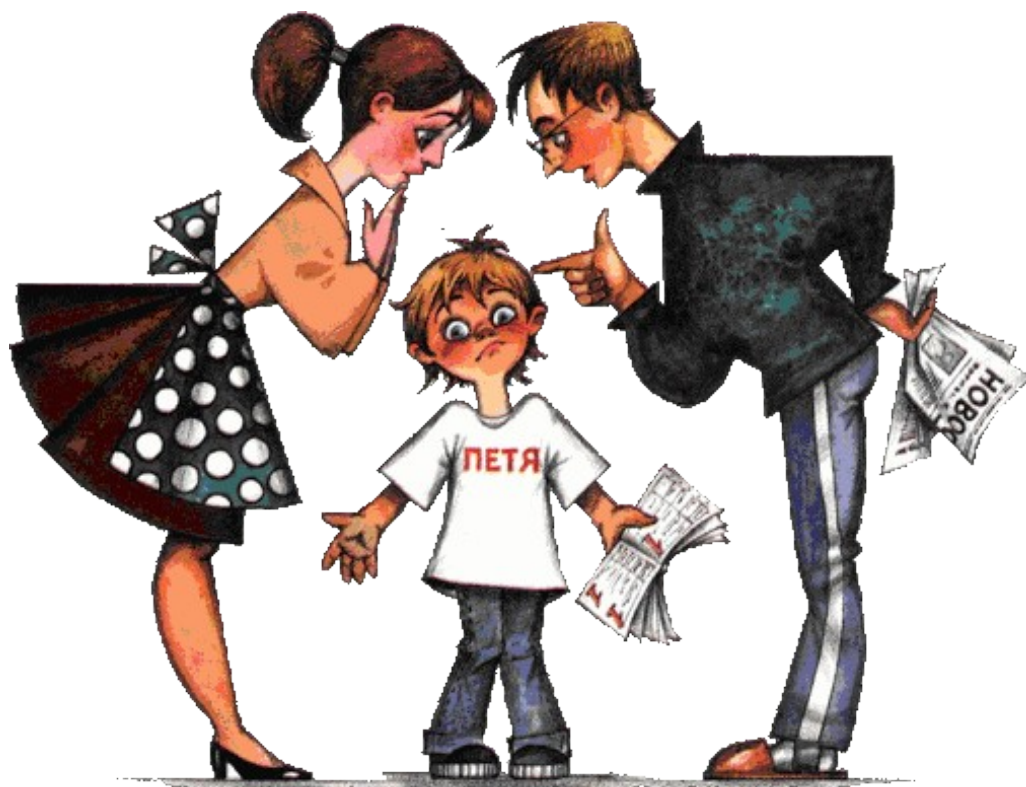
Правило пятое – анализируйте ситуацию. После каждой истерики, устроенной ребенком, разговаривайте с ним. Делать это лучше, когда малыш немного успокоится. Объясните крохе, почему вас расстраивает его поведение, и попросите его поделиться с вами переживаниями, которые он испытывает, чтобы вместе найти выход из ситуации.



Правило шестое – просто любите ребенка! Несмотря на все некрасивые поступки, вы все равно будете любить своего малыша, поэтому не забывайте напоминать ему об этом. Даже если кроха обзывает вас, кричит о том, что он вас не любит, не сердитесь, а отвечайте ему, что он все равно для вас самый любимый и родной.



Правило седьмое – у мамы и папы должны быть единые требования. Если мама разрешает, а папа запрещает, и наоборот, у ребенка не формируется понимание четких границ, он будет учиться манипулировать.



Правило восьмое - не идите на поводу у ребенка. Важно, чтобы для ребенка были сформулированы правила, которые нарушать нельзя. Например, не лезть пальцами в розетку, не выходить на дорогу и т.д. Нужно учитывать, что дети очень чувствительны к "слабым местам" у родителей и могут манипулировать ими. В таком случае важно сохранять устойчивость, и ни при каких обстоятельствах не позволять нарушать правила.



Правило девятое - соблюдайте режим и ритуалы. Важно, чтобы у ребенка был стабильный режим. Полезно вводить дома ритуалы. Например, вечером,

когда время чистить зубы и ложиться спать, вместо "Иди чистить зубы", говорите: "Сейчас мы вместе пойдем чистить зубы". И вместе с ребенком идите в ванную. Либо: "Сейчас мы будем вместе убирать игрушки и т.д.»



Правило десять - учите ребенка договариваться. Если вам необходимо настоять на своем, когда ребенок требует обратное, важно не просто сказать нет, а объяснить, почему: "Я понимаю, что тебе хочется еще поиграть, но мы должны сейчас идти обедать". Используйте я-сообщения: "Я недовольна, когда ты так себя ведешь", "Мне не нравится, что в твоей комнате такой беспорядок", "Когда ты кричишь, я расстраиваюсь". Учите ребенка проявлять свои чувства не криками и истерикой, а озвучивая их: "Не кричи, а скажи: "Я злой!". Хорошим подспорьем в том, чтобы научить ребенка договариваться и правильно проявлять свои чувства, может быть игра. Проигрывайте разные ситуации, используя игрушки. Так вы будете обучать ребенка моделям поведения при разных обстоятельствах.

