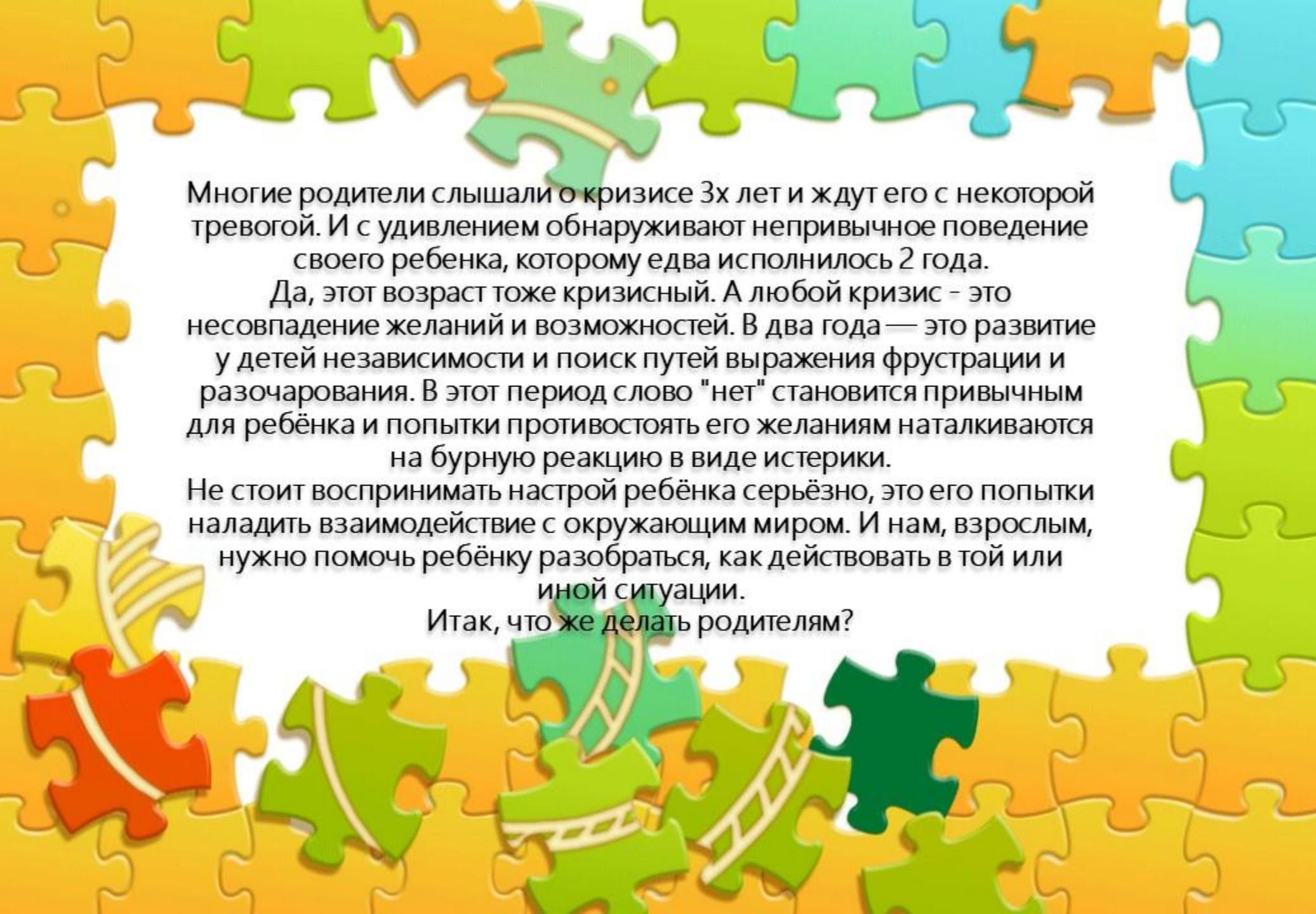




КРИЗИСЫ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ ИЛИ ЭТИ «УЖАСНЫЕ ДВУХЛЕТКИ»

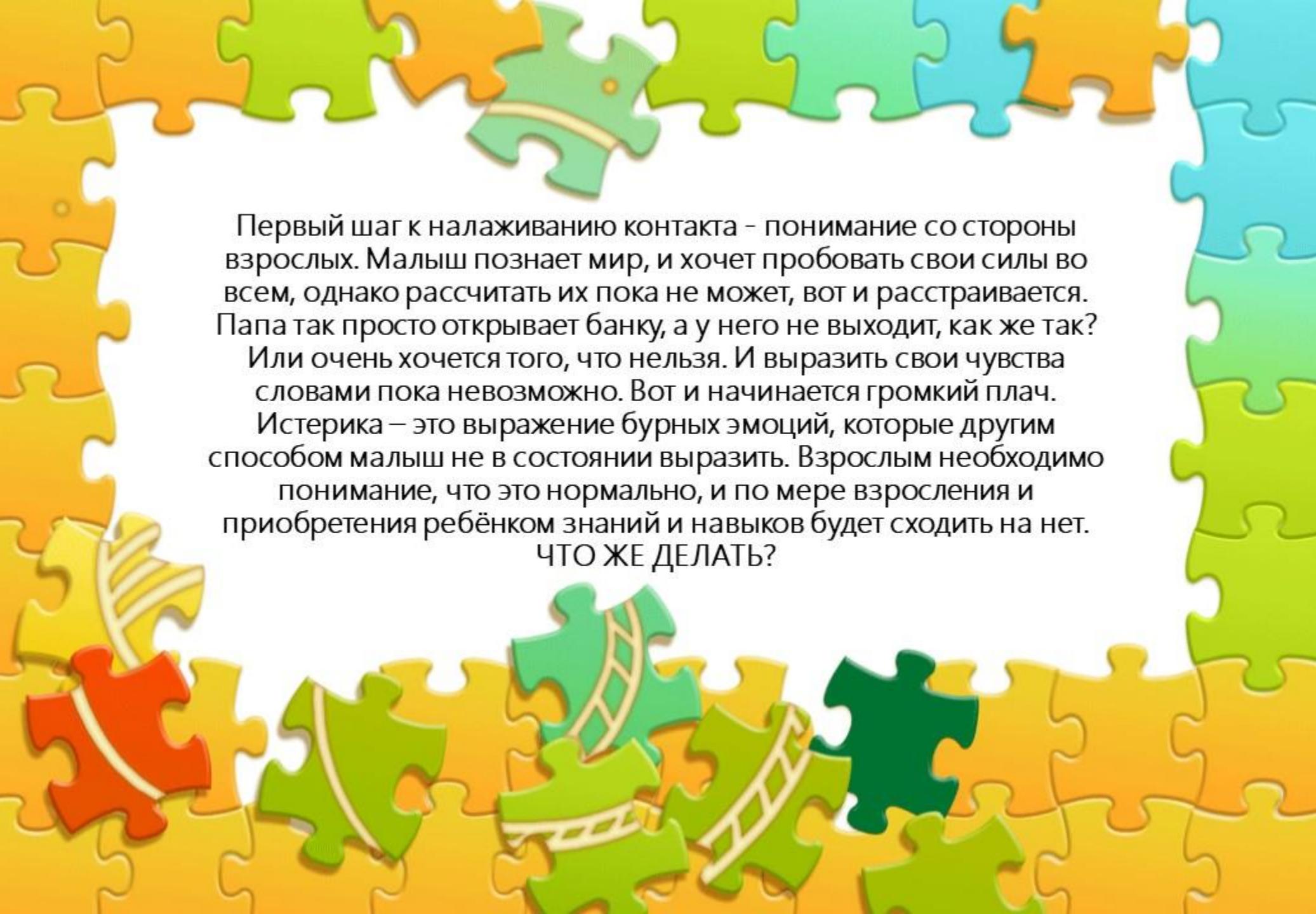


Многие родители слышали о кризисе 3х лет и ждут его с некоторой тревогой. И с удивлением обнаруживают непривычное поведение своего ребенка, которому едва исполнилось 2 года.

Да, этот возраст тоже кризисный. А любой кризис — это несовпадение желаний и возможностей. В два года — это развитие у детей независимости и поиск путей выражения фruстрации и разочарования. В этот период слово "нет" становится привычным для ребёнка и попытки противостоять его желаниям наталкиваются на бурную реакцию в виде истерики.

Не стоит воспринимать настрой ребёнка серьёзно, это его попытки наладить взаимодействие с окружающим миром. И нам, взрослым, нужно помочь ребёнку разобраться, как действовать в той или иной ситуации.

Итак, что же делать родителям?

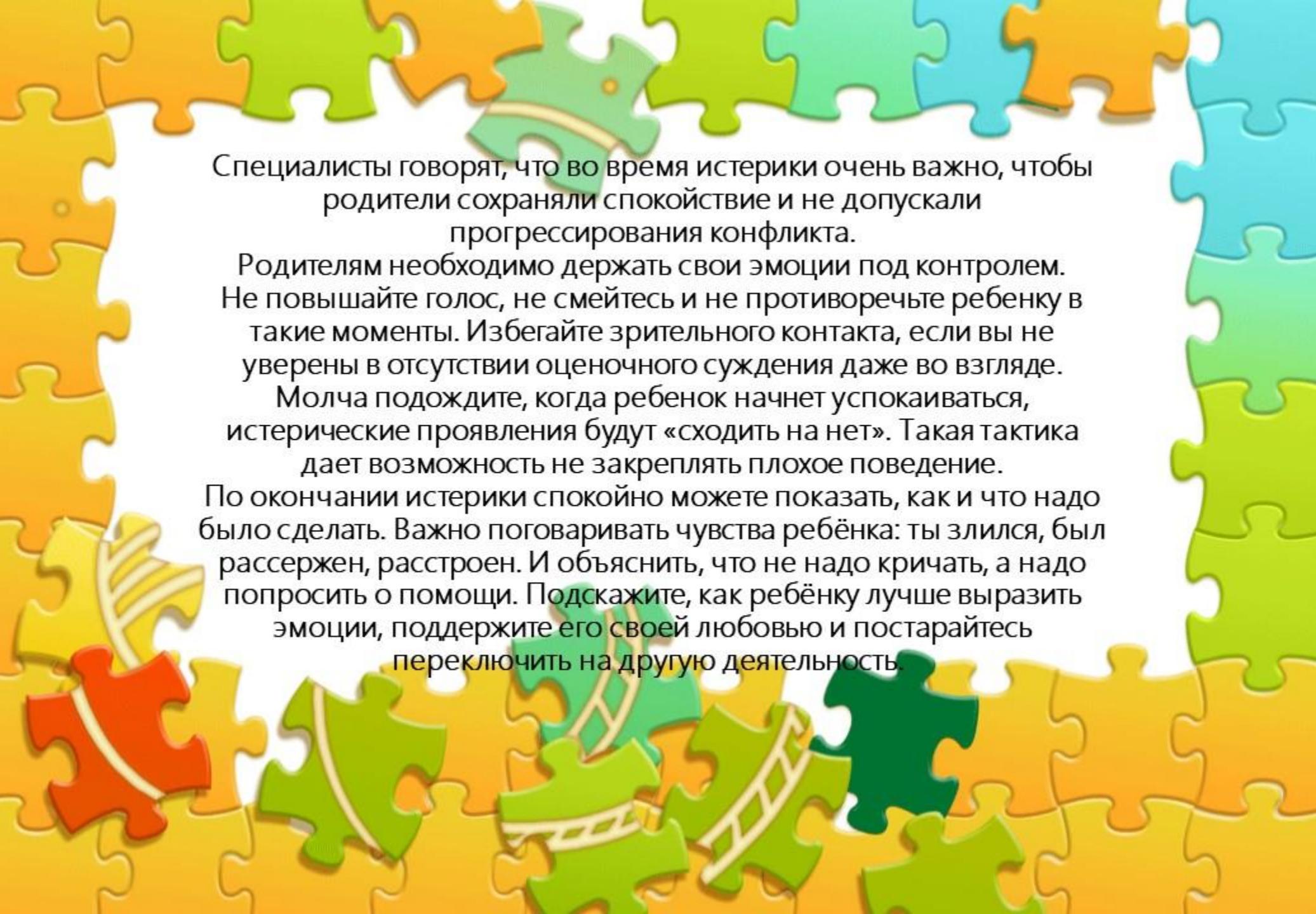


Первый шаг к налаживанию контакта – понимание со стороны взрослых. Малыш познает мир, и хочет пробовать свои силы во всем, однако рассчитать их пока не может, вот и расстраивается. Папа так просто открывает банку, а у него не получается, как же так?

Или очень хочется того, что нельзя. И выразить свои чувства словами пока невозможно. Вот и начинается громкий плач.

Истерика – это выражение бурных эмоций, которые другим способом малыш не в состоянии выразить. Взрослым необходимо понимание, что это нормально, и по мере взросления и приобретения ребёнком знаний и навыков будет сходить на нет.

ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?



Специалисты говорят, что во время истерики очень важно, чтобы родители сохраняли спокойствие и не допускали прогрессирования конфликта.

Родителям необходимо держать свои эмоции под контролем. Не повышайте голос, не смейтесь и не противоречьте ребенку в такие моменты. Избегайте зрительного контакта, если вы не уверены в отсутствии оценочного суждения даже во взгляде.

Молча подождите, когда ребенок начнет успокаиваться, истерические проявления будут «сходить на нет». Такая тактика дает возможность не закреплять плохое поведение.

По окончании истерики спокойно можете показать, как и что надо было сделать. Важно поговаривать чувства ребёнка: ты злился, был рассержен, расстроен. И объяснить, что не надо кричать, а надо попросить о помощи. Подскажите, как ребёнку лучше выразить эмоции, поддержите его своей любовью и постарайтесь переключить на другую деятельность.

ПРЕДОТВРАЩАТЬ!

Достаточно часто родители не отслеживают состояние ребенка и окружающую обстановку. Ребенок может устать, захотеть спать, проголодаться, или перевозбудиться от внешних раздражителей.

Это может быть и шумный магазин, и игровая площадка с множеством ребят разного возраста, и длительная поездка в машине или в общественном транспорте. Постарайтесь не доводить малыша до стадии истерики, вовремя покормите, соблюдайте режим дня и избегайте негативных внешних раздражителей. В раннем возрасте не желательны длительные поездки, но, если все-таки это неизбежно, вооружитесь игрушками, книжками для ребенка и обязательно какими-то вкусняшками, которые вызовут положительные эмоции.

Ваши комментарии поездки и короткие рассказы тоже помогут ребенку пережить этот период.

НАЧАЛО НЕЗАВИСИМОСТИ

Истерики в этом возрасте возникают от разочарования, и детям в этот период действительно приходится нелегко.

Постарайтесь помочь малышу в преодолении разочарования и фruстрации, когда что-то такое важное не получается; пожалеть, что это не так просто, выразить приятие и любовь.

И самое время показать собственным примером, как справляться с негативными чувствами: возьмите ребенка после истерики на прогулку и побегайте по площадке, покатайтесь на велосипеде, дайте ему возможность в физической активности выразить скопившийся негатив и вернуться к спокойному развитию.

ИСТЕРИКИ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ

Часто родители сталкиваются с такой проблемой и, поверьте, не стоит переживать, как Вы с ребенком будете выглядеть со стороны, большинство людей вокруг Вас понимают, остальная часть не стоит Вашего внимания.

Унесите ребенка в тихое место: за угол, в машину, на улицу. Обнимите и держите его до конца истерики, потом мягко и уверенно поговорите так же, как Вы это делаете дома. Не поддавайтесь на его требования даже ради сохранения общественного спокойствия. Велика вероятность, что вы закрепите негативное поведение, выдав вожделенную конфету или купив игрушку, и в следующий раз игрушку будут требовать точно таким же способом.

Главное, что должен усвоить ребенок — истерики не работают. Ни дома, ни вне его.

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ И ДИСЦИПЛИНА

Первые шаги к самостоятельности ребенок уже начал делать, и совсем скоро это чувство заполнить всю его жизнь. Однако взрослый – это сейчас тот, кто обозначает границы: что можно, что нельзя, как правильно делать. И важно в этот период не полностью

контролировать поведение малыша, а дать ребенку ощущение контроля над своей жизнью: предложите ребенку выбрать, в какой кофточке сегодня пойти, какой фрукт или творожок съесть, из какой кружки попить. Страйтесь не задавать прямых вопросов, которые поставят в тупик и его, и Вас. Так ребенок будет учиться делать правильный выбор и избегать неверных решений.

УДАЧИ ВАМ И ТЕРПЕНИЯ!

И помните – время неумолимо движется вперед, и каждое мгновение неповторимо, ловите моменты жизни вместе с ребенком!

Материал подготовлен педагогом-психологом
Юшиной Ириной Вячеславовной.