|  |
| --- |
| **ВОЗРАСТНЫЕ  ОСОБЕННОСТИ  РЕБЕНКА  2 – 3 лет**  *Мы всегда рядом со своим ребенком, и немудрено, что иногда мы не успеваем за временем и воспринимаем его так, как будто он все еще тот малыш, каким был полгода назад. Мы продолжаем общаться с ним как с младенцем, делать за него то, с чем он уже может справиться самостоятельно.*  *Но бывает и так, что мы опережаем события и нам кажется, будто ребенок уже достаточно взрослый, чтобы подолгу заниматься, быть усидчивым, ответственным, исполнительным, хотя на самом деле он еще совсем не готов к этому.*  *Вот почему очень важно знать о возрастных особенностях ребенка, его возможностях и потребностях, а также быть готовым к изменениям в его характере или типе поведения, которые становятся особенно очевидными в период возрастных кризисов. Чтобы не выдвигать ребенку непосильные требования, и в то же время не отставать от его реальных возможностей, надо знать о характерных возрастных особенностях.*  В возрасте 2 – 3 лет малыш еще не может управлять собой по собственному желанию, его **поведение носит непроизвольный характер**. Он очень эмоционален, однако его эмоции непостоянны, его легко отвлечь, переключить с одного эмоционального состояния на другое.  Теперь ребенку уже нужно объяснять **правила поведения**, да он и сам стремится быть хорошим и во всем походить на вас. Постоянно следите за тем, чтобы ваши слова не расходились с вашими поступками. Ребенок все видит, все слышит, все запоминает и подражает вам в каждой мелочи.  На третьем году **ребенок может самостоятельно** одеться, раздеться, умыться; рисовать карандашом,  застегивать пуговицы, есть аккуратно и пользоваться столовыми приборами.  Иногда дети 2-3 лет отказываются от самостоятельных действий, требуя, чтобы их кормили, одевали и т.д. Необходимо понять причины такого поведения: если это каприз - проявите твердость, если ребенку стало скучно - своевременно усложните требования к нему. **Не задерживайтесь на том, что уже усвоено ребенком, идите дальше**. А может быть, ребенку не хватает вашей любви, он ревнует вас и подсознательно стремится стать "маленьким", беспомощным, вернуть то время, когда мама принадлежала только ему.  Третий год в жизни ребенка называют кризисным ([**кризис 3 лет**](http://psiholog-ds.ucoz.ru/load/vozrastnye_osobennosti/o_krizise_3_let/3-1-0-9)), так как он является переломным с точки зрения осознания ребенком себя как личности. Он сознательно говорит "я": "Я не хочу, я не буду!" Малыш становится иногда упрямым. Часто это происходит оттого, что его не поняли, оскорбили, унизили. Нельзя в этом возрасте шлепать ребенка, так как он становится обидчивым. Теперь ребенку **нужно все разъяснять**.  Без умения договориться с ребенком, ваша жизнь может стать очень трудной, а в ребенке будут формироваться неблагоприятные черты характера. Ребенок со сломленным "я", возможно, и станет послушным; он будет во всем подчиняться вам, а когда выйдет из-под вашего "крыла", будет искать другое, и еще не известно, окажется ли оно столь же добрым и любящим. Но в любом случае вырастит человек со слабой волей, со сломленным достоинством, с комплексами неполноценности. **Старайтесь уважать** желания, настроения, интересы своего ребенка, но в пределах разумного.  Активно **развивается речь** ребенка. Если вы правильно занимались с ребенком, то он, конечно, хорошо понимает вас, разговаривает все лучше и лучше. Ребенок употребляет почти все части речи, хотя не всегда правильно. Звукопроизношение становится более совершенным, но все еще с некоторыми дефектами. Однако родители уже не должны умиляться этому, а тактично поправлять ребенка.  В этом возрасте **речь ребенка становится основным средством общения** не только со взрослыми, но и с детьми. Характерной особенностью речи ребенка 2-3 лет является постоянное проговаривание, сопровождение речью всех действий, игровых ситуаций. Такое впечатление, что ребенок не замолкает ни на секунду. Это часто раздражает родителей, и они даже пытаются остановить этот речевой поток. Делать этого ни в коем случае нельзя, ведь ребенок неосознанно тренирует речевую функцию.  Требуют большого терпения и многочисленные вопросы ребенка: как, зачем, когда, почему? Если вы отвечаете, глубоко вникая в то, что ребенка заинтересовало, - глубоко мыслить будет и он; отвечаете поверхностно, отмахнувшись, - поверхностен и он будет. Эти **детские вопросы означают скачок в интеллектуальном развитии**: ребенок сравнивает, сопоставляет, обобщает, запоминает.  К концу третьего года жизни любимыми играми детей становятся **ролевые игры**. Ребенок принимает на себя определенную роль, изображая из себя маму, папу, воспитательницу, и в точности повторяет позу, жесты, мимику, речь. Поэтому в присутствии ребенка обращайте внимание на свое поведение, на свою речь, жесты и т. д. Ведь недаром говорят, что дети - зеркало взрослых. Наличие ролевой игры является показателем новой ступени в умственном развитии малыша.  Среди **мыслительных операций** важнейшими являются:   * называние цвета (желтый, красный, синий, зеленый), * выделение величины (большой, поменьше, маленький), * называние формы (круг, квадрат, треугольник), * расположения предмета в пространстве (близко, далеко, высоко, низко, спереди, сзади); * сравнение по цвету, форме, размеру; * координация движений рук и зрения; * формирование понятий «много», «мало», «один».​   **Вам как родителям важно:**  Понимать, что энергичный и активный ребенок — это естественно, хотя и утомительно. Поэтому вам нужно по возможности организовывать безопасное пространство, в котором малыш мог бы беспрепятственно **использовать свою энергию для подвижных игр**. Будет прекрасно, если именно вы будете его партнером по игре.  Предоставить ребенку возможность **играть с мелким материалом**: пуговицами, крупой, деталями конструктора, камушками, шишками, и другими различными по ощущениям предметами. Обязательно под присмотром взрослого!  Чаще разговаривать с малышом, читать ему книжки, **обсуждать то, что он видел** или делал.  Предоставлять **возможности для самых разных игр с предметами**. Некоторые дети могут сами увлеченно вкладывать предметы один в другой, разбирать на части, осваивая начальные этапы анализа и синтеза. Но в 2-3 года малыш нуждается в компании матери или любящих его взрослых, поскольку ему нужно доброжелательное сотрудничество.  Относиться к ребенку **спокойно и дружелюбно**. Понимать его эмоциональное состояние и насущные потребности, поскольку в этом возрасте ребенок не всегда способен их четко сформулировать и заявить.  Помнить, что соблюдение разумной безопасности не должно лишать малыша **возможности открытия нового** и интересного. Ваша родительская тревога не должна замещать возможности развития для вашего ребенка, которое происходит в этом возрасте через постоянное исследование нового.  Относиться спокойно и **с пониманием к эмоциональным вспышкам** ребенка. Злость или слезы, когда у ребенка не получается какая-то сложная для него задача, вполне естественны. Если аффект не очень силен, его можно проигнорировать, в случае сильного расстройства ребенка следует утешить или переключить его внимание.  Важным моментом в воспитании ребенка третьего года жизни является **обязательное подкрепление всего увиденного** им другими методами. Например, вы были с ребенком в зоопарке - закрепите его впечатления при помощи рассматривания и обсуждения книг с картинками о животных, попробуйте вместе с ребенком изобразить действия некоторых из них, и т. п. |

|  |
| --- |
| **Что должен уметь ребенок 2 – 3 лет**  **Развитие речи**   * понимать короткий рассказ (без показа действий) о знакомых событиях; отвечать на вопросы об этих событиях * выполнять до 3 поручений (возьми, отнеси, положи) * называть детали лица (губы, зубки, язык, лоб, ушки, щёки и др.) и тела (руки, ноги, спина и др.) * использовать предложения из 2-3 слов * употреблять в речи прилагательные, местоимения, предлоги * называть предметы по картинкам * говорить «до свидания», «пока», «спасибо», «здравствуй»   **Сенсорное развитие**   * соотносить объемную геометрическую фигуру с плоскостным изображением, накладывать на образец * группировать предметы по форме (круги, квадраты, треугольники) * выделять величину предмета в сравнении (большой, поменьше, маленький) * различать 3-4 цвета, подбирать цвета по образцу, называть их * различать качества предмета: тяжелый – легкий; мягкий – твердый; учить различать температуру: холодный – теплый   **Развитие бытовых навыков**   * есть аккуратно, не обливаясь * при умывании тереть ладони, части лица, вытираться полотенцем, носовым платком * самостоятельно одеваться (натягивать носочки, шапку, обуваться) * частично раздеваться * складывать на место одежду, обувь, посуду, игрушки * регулирует отправление физиологических потребностей |

|  |
| --- |
| **Кризис 3-х лет**  ***Памятка для родителей***  К трем годам резко возрастает стремление к самостоятельности и независимости от взрослого и соответственно изменяется поведение ребенка. Этот период — один из наиболее трудных в жизни ребенка — называется кризисом трех лет.  **Основные проявления кризиса**  **Негативизм.** Ребенок категорически отказывается делать то, о чем его просят, или делает наоборот, прямо противоположное тому, что ему сказано. При этом он негативно реагирует не на само действие, а на требование или просьбу определенного взрослого.  **Упрямство и строптивость.** Ребенок упорно настаивает на чем-то, даже на том, чего ему не так уж сильно хочется или давно расхотелось. Его строптивость направлена не против конкретного взрослого, а против сложившейся в раннем детстве системы отношений. Он недоволен всем, что ему предлагают или что делают другие.  **Своеволие**. Ребенок хочет делать все сам, стремится к самостоятельности во всем. Это стремление часто не соответствует возможностям ребенка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.  **Обесценивание.** Обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого раньше — старые правила поведения, старые привязанности к вещам.  **Протест-бунт** проявляются в частых ссорах с родителями. Ребенок стремится диктовать всем свою волю, он как бы находится в состоянии войны с окружающими. Если в семье несколько детей, то обычно возникает ревность — нетерпимое отношение к другим детям.  Все эти симптомы свидетельствуют о том, что у ребенка изменяется отношение к другим людям и к самому себе, и он нуждается в изменении отношения к нему со стороны родителей. Не стоит пугаться остроты протекания кризиса, яркие кризисные проявления говорят о том, что у ребенка сложились предпосылки для дальнейшего развития: происходит отделение от взрослого, он начинает выделять себя как отдельного человека, проявлять самостоятельность.  Признаки кризиса могут начать проявляться в разное время и с разной интенсивностью. В поведении одних детей они возникают уже в возрасте полутора лет, у других «волевое противостояние» с родителями отодвигается к четырем годам. Тем не менее через кризис в том или ином виде проходят все дети.  Вызывающее поведение ребенка можно рассматривать как некий призыв к родителям показать ему, что правильно и важно, а что нет. Ребенку нужна твердость вашей позиции, но не меньше нужна и помощь в освоении правил, в их принятии.  **Как помочь ребенку благополучно выйти из кризиса?**  **Постарайтесь увидеть позитивные стороны** проявлений кризиса: упрямство — это крайняя степень проявления воли; капризность — демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего Я; эгоизм — проявление чувства собственного достоинства. И вам будет легче принять происходящие в ребенке изменения.  **Продумайте стратегию поведения по отношению к ребенку**: когда и на чем настаивать, с чем в его поведении вы сможете смириться, и запишите все свои требования. Вспомните про светофор: красный цвет — строгий запрет, желтый — иногда можно проехать, но в основном «стоп», зеленый — движение без ограничений. Подумайте, куда отнести то или иное требование. Например, требование ложиться спать в 21.00 - жесткое или возможны послабления в зависимости от ситуации? Важно решить, чего именно вы будете требовать строго, а где пойдете на уступки без внутреннего сопротивления.  **Будьте настойчивы и последовательны**. Если вы сказали "нет", не меняйте позиции.  **Не придавайте большого значения упрямству и капризности.** Обычно пик упрямства приходится на возраст 2,5—3 года. Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки, но девочки капризничают чаще, чем мальчики. В кризисный период приступы упрямства и капризности могут случаться у детей по 5 раз в день, а у некоторых и чаще.  **Во время приступа капризности не очень волнуйтесь за ребенка.** Оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете. Однако не вознаграждайте малыша ни чем.  Не пытайтесь в это время что-либо внушать ребенку — это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат. Лучше оставить ребенка в покое и не обращать на него внимания. **Дайте ему отвести душу, но не принимайте в этом участия.**  **Не сдавайтесь**, даже когда приступ у ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно — взять его за руку и увести. Каприз – это своеобразный спектакль, где главный герой - ребенок. Если нет «зрителей» - мамы, например, то не кому и показывать концерт  **Постарайтесь переключить внимание ребенка:** «А что это там за окном воробьи делают?» — подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризулю, он успокоится. Переключение сработает быстрее, если ребенок услышит в вашей интонации искренний интерес: «Давай играть в "Наоборот": я тебе скажу - не ешь суп, а ты будешь меня не слушаться; а я на тебя как будто сердиться».  Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, и здесь **вам помогут фантазия и юмор.** |

|  |
| --- |
| **Особенности эмоционального развития детей 2 – 3 лет**  http://psiholog-ds.ucoz.ru/Vozrast-osob/d7.jpgМаленький ребенок способен выражать множество эмоций: удивление, радость, страх, восторг и др. Эмоциональное поведение малыша имеет ряд особенностей:   1. Эмоции у маленьких детей очень неустойчивы (улыбка моментально может смениться слезами), ребенок еще не умеет их скрывать и контролировать; эмоции возникают спонтанно, и, соответственно, ребенок ведет себя импульсивно. 2. Малыш эмоционально живет в настоящем, немедленно реагируя на текущие события. 3. Эмоции ребенка привязаны к ситуациям. Он сильно переживает по поводу ухода мамы, но потом может легко заинтересоваться новой игрушкой. 4. Ребенку пока очень сложно обозначать словами свои переживания. 5. Эмоции маленького ребенка ярки и часто противоречивы. Особенно это проявляется в ситуации выбора: из двух игрушек после некоторых колебаний он выбирает одну и через 1—2 минуты уже жаждет играть с другой. Сделать выбор ребенку в этом возрасте еще чрезвычайно трудно. 6. Наиболее яркие эмоциональные переживания случаются у ребенка по поводу удовлетворения непосредственных желаний. Чем больше трудностей при их выполнении, тем сильнее эмоциональная вспышка, особенно если малыш хотел выполнить что-либо самостоятельно. В этот момент ребенку необходимо дать возможность выразить свои отрицательные эмоции. Не следует пытаться сразу же гасить отрицательные переживания и тем более эмоционально реагировать на аффективные вспышки малыша, случившиеся не к месту и не вовремя. Типичный пример: мама с ребенком входят в автобус, тот, видя, что все места заняты, начинает капризничать и требовать себе отдельное место. Мать спокойно говорит, что, поскольку свободных мест нет, можно сесть на пол. Ребенок от неожиданности резко прекращает «показательные выступления». 7. Особый источник как положительных, так и отрицательных эмоций — общение со сверстниками. В 2 года ребенок еще насторожен при приближении сверстников, а в 3 года дети могут заражаться эмоциями друг друга: прыгать, визжать, хохотать и пр. 8. Маленькому ребенку в этом возрасте еще очень трудно адекватно реагировать на эмоции других людей. Общаясь с детьми, ребенок руководствуется только своими желаниями, не учитывая желания другого. Он не может еще проявлять сопереживание и сочувствие. Этому его могут научить только взрослые. Например, ребенок бросает куклу, привлекая внимание мамы своим поведением. «Ей плохо, она плачет», — мать берет на руки игрушку, гладит, жалеет ее. И ребенок переживает те эмоции, которые демонстрирует ему мать (с помощью мимики и интонаций). 9. Ребенок учится эмоционально реагировать на различные ситуации на примере родителей. Если при малейшей неприятности мать впадает в панику, начинает излишне нервничать, то и ребенок в аналогичных ситуациях будет поступать так же. 10. Ранний возраст — это время формирования первых привязанностей, симпатий и антипатий. С одним человеком ребенок будет скован и боязлив, с другим — весел и подвижен. 11. Эмоции в раннем возрасте — показатель не только физического, но и психического здоровья. Депрессивный, печальный либо слишком агрессивный ребенок — тревожный признак для родителей. 12. Уже в раннем возрасте дети сильно отличаются друг от друга по эмоциональной впечатлительности. Одни более чувствительны к ситуации, другие могут проявлять «эмоциональную тупость». Одни легко выражают свои как отрицательные, так и положительные эмоции в поведении, другие испытывают напряжение, сдерживают свои порывы. Эти индивидуальные особенности связаны с темпераментом ребенка.   **«Не хочу спать, а хочу играть»**  «Хочу», «не хочу» — в этих словах кроется весь спектр эмоциональных переживаний ребенка. Эмоции определяют и его поведение, причем «здесь и сейчас», без воспоминаний и прогнозов. Вот почему отдельные сюжеты повторяются ежедневно.  Почему же ребенок не желает идти спать? Прежде всего потому, что он эмоционально (но не физиологически) к этому не готов. Данная ситуация воспринимается им как навязанная извне взрослым, как правило в приказном порядке. Ребенок делает вывод: от меня хотят быстрее избавиться. Также маленькие дети, ложась спать, не в состоянии справиться с тем потоком эмоциональных впечатлений, которые накопились за день. Чем впечатлительнее ребенок, тем труднее его уложить спать.  **Правила поведения родителей в данной ситуации**   1. Дайте ребенку возможность закончить игру, предупредив его об укладывании спать. 2. Настройте ребенка на сон заранее с помощью приятных для него ритуалов (чтение любимых сказок, пение колыбельных или их прослушивание, укладывание игрушечных друзей спать и пр.). 3. Придерживайтесь режима, укладывая ребенка спать примерно в одно время. 4. Позвольте ребенку самостоятельно совершить подготовительные ко сну действия (постелить постель, принести новую пижаму и пр.). 5. Общение перед сном должно быть особенно спокойным и доброжелательным, без спешки. 6. Прислушивайтесь к просьбам ребенка (оставить свет, любимую игрушку в кровати, открыть дверь и пр.). 7. Если ребенок без вас не засыпает, побудьте с ним какое-то время, это успокоит его и сократит время засыпания. Постепенно он научится засыпать без взрослых.   **«Мама, ты меня обязательно-обязательно забери»**  Обычные слова детей утром в детском саду. Переживания ребенка связаны со страхом разлуки, страхом потерять мать. Специалисты говорят, что биологическая связь ребенка с матерью сохраняется до 9 лет с момента его рождения, а психологическая связь может не прерываться всю жизнь. Чем тревожнее мать, тем сильнее страх разлуки у ребенка.  **Облегчить ситуацию поможет следующее поведение матери.**   1. Постарайтесь заранее поиграть в «разлуку». Пусть любимая игрушка будет ребенком, а ребенок — ее мамой. На этой модели можно проиграть все сложные моменты адаптации ребенка к детскому саду. Пусть ситуации будут разные, но заканчиваться они обязаны  хорошо. 2. Не показывайте своих страхов и опасений по поводу пребывания ребенка в детском саду. Помните: чем спокойнее вы при разлуке, тем здоровее будет ребенок. 3. Придерживайтесь   каких-либо   выработанных   совместно с ребенком правил (идти в детский сад с любимой игрушкой, посидеть 5 минут, обнявшись в раздевалке и пр.). 4. Держите свое слово: если обещали забрать ребенка до обеда,  не  нарушайте  обещание, в  противном случае ребенок перестанет вам доверять и его страхи усугубятся. 5. Обсудите  с  ребенком, чем  будете  заниматься, когда вернетесь за ним, — приятные ожидания улучшают эмоционально тяжелое состояние ребенка.   **Ложечка за маму, ложечка за папу**  Плохой аппетит может иметь психологические причины, которые следует искать еще в периоде грудного вскармливания малыша. Кормление грудью, как известно, — это не только удовлетворение потребности ребенка в пище, но и способ установления тесного эмоционального контакта матери с ребенком. Если ребенок желанен и любим, проблем с кормлением не возникает. Известны случаи, когда малыш отказывался от груди потому, что мать не ждала его появления.  Любые стрессы могут негативно повлиять на пищевое поведение ребенка. Развод родителей, разлука с матерью в раннем возрасте (ясли) и др. нередко приводят к резкому снижению у него аппетита. Нежелание ребенка есть может быть вызвано и хроническим стрессом.  И наконец, основная причина нарушения аппетита в раннем возрасте — насильственное кормление. Когда родители заставляют ребенка есть, в его организме не вырабатываются необходимые ферменты, и пища не усваивается должным образом. Таким образом, кормление по принципу «Ложечка за маму, ложечка за папу» наносит непоправимый вред не только психологическому состоянию ребенка, но и его соматическому здоровью.  Есть категория детей, которые принципиально отказываются от еды, впервые попав в дошкольное учреждение. Это типичная невротическая реакция ребенка на разлуку с матерью.  **Правила для родителей при снижении аппетита у ребенка**   1. Не заостряйте на данной проблеме внимание, перестаньте ее обсуждать с родственниками и знакомыми при ребенке. 2. Никогда не заставляйте ребенка есть. 3. Старайтесь готовить те блюда, которые ребенку нравятся. 4. Исключите из ежедневного рациона весь пищевой «мусор»: чипсы, кока-кола, чупа-чупсы и пр. 5. Старайтесь придерживаться определенного режима питания (примерно в одно и то же время). 6. Пытайтесь создать привлекательную обстановку во время приема пищи (красивая сервировка, наличие новых столовых приборов и пр.). 7. Исключите спешку и суету во время еды, не торопите ребенка. 8. Не бойтесь экспериментировать: практически любое блюдо можно разнообразить, добавив в него новые ингредиенты. 9. И конечно, если причина плохого аппетита у ребенка кроется в неблагоприятной эмоциональной обстановке, то постарайтесь либо устранить ее, либо смягчить.   **«Я боюсь...»**  Страх — базовая эмоция человека. Она позволяет мобилизоваться в трудных жизненных ситуациях, учит быть осторожным и избегать опасностей. Например, страх перед собаками способствует более адекватному, уважительному отношению к животным; страх перед разлукой с родителями учит ценить заботу, управлять своими эмоциями, сопереживать. Однако нередко страх становится таким огромным, что начинает подавлять все другие эмоции человека. Становясь всеобъемлющим, он сковывает, не дает развиваться и двигаться вперед.  Многие детские страхи вытесняются в бессознательное, охраняя хрупкую психику ребенка от информационных перегрузок. Детям в 2—3 года еще очень сложно отличить реальное от воображаемого. Эта способность ребенка принимать все «за чистую монету» и порождает порой у него множество страхов. Если страх чего-либо беспокоит ребенка от нескольких дней до нескольких недель, не надо особо тревожиться. Если же страх владеет малышом более месяца и, главное, ухудшает его эмоциональное самочувствие, следует обеспокоиться.  Для начала нужно разобраться, чего и в каком возрасте боится маленький ребенок. От 1 до 2 лет — громких звуков, разлуки с родителями, незнакомых людей, засыпания, травмы. От 2 до 2,5 лет — отвержения со стороны родителей, незнакомых сверстников, ночных кошмаров, изменений в окружающей обстановке. От 2 до 3 лет — больших, угрожающих на вид объектов, незнакомых сверстников, сказочных персонажей, одиночества и темноты.  **Как следует себя вести родителям, если страхи преследуют ребенка**   1. Нельзя игнорировать или высмеивать страхи ребенка, к переживаниям малыша надо отнестись внимательно (если, засыпая, ребенок чувствует себя спокойнее в присутствии мамы, не оставляйте его одного и пр.). 2. Постарайтесь сами не демонстрировать ребенку свои страхи или явный испуг (дети моментально считывают с лиц взрослых эмоции, которыми тут же и заражаются). 3. Если ребенок боится чего-то (кого-то) конкретного, можете помочь ему эмоционально отреагировать свой страх вовне и тем самым избавиться от него. Страх можно нарисовать, потом сжечь или смять и выбросить. Можно поиграть в персонажей, которых боится ребенок. Если роль страшного персонажа выполняет взрослый, то обязательно ему следует быть добрым (волк, Баба Яга и др.). Психологи единодушно считают игровой метод самым эффективным. 4. Старайтесь не провоцировать ситуации, вызывающие страхи у ребенка, но если малыш смог преодолеть свой страх, обязательно похвалите его. 5. Не перегружайте ребенка новыми впечатлениями — поход в гости, зоопарк и театр в один день планировать не надо. 6. Будьте готовы спокойно и доброжелательно обсуждать все то, чего боится ребенок, избегайте недосказанности. Как известно, отрицательные эмоции могут возникнуть при дефиците информации. 7. Приобретите какую-либо «храбрую» игрушку. Пусть малыш знает, что храбрый мишка всегда рядом. Чем чаще ребенок видит образцы смелости, тем увереннее в себе он становится. 8. Не надо чрезмерно опекать ребенка, все время подчеркивая его беспомощность. Это только способствует возникновению страхов. 9. Непоследовательность и ложь родителей — плохой союзник в борьбе с детскими страхами.   **«Мама, почему он дерется?»**  Слово «агрессия» (от лат. aggression — нападение) — это разрушающее и враждебное поведение в отношении окружающих людей. Агрессивность — черта личности, которая, с одной стороны, определяется врожденными особенностями темперамента ребенка, а с другой — стилем общения и воспитания в семье.  Агрессивность помимо отрицательных черт (раздражительность, обидчивость, негативизм и пр.) имеет и положительные стороны: независимость, самостоятельность, активность, умение достигать целей, уверенность, инициативность и др. К сожалению, маленькие дети в силу своей импульсивности, неумения контролировать себя демонстрируют в большей степени отрицательные стороны агрессивности. Маленький ребенок бессознательно проявляет агрессию, за которой могут стоять неумелые попытки начать общение со сверстниками. Жесткая, авторитарная мать, чрезмерно критичная и требовательная и нередко использующая в процессе воспитания телесные наказания, будет иметь либо чрезмерно застенчивого ребенка, либо очень агрессивного.  Родители, которые уделяют очень мало внимания активному неугомонному ребенку, также рискуют столкнуться с проблемой детской агрессивности. Во время агрессивных вспышек на ребенка бесполезно как-либо воздействовать, разумнее учить его выплескивать агрессию социально приемлемым способом.  **Как можно помочь агрессивному малышу**   1. Прежде всего, такому ребенку требуется постоянное доброжелательное внимание. 2. Важно поддерживать любые положительные действия и качества агрессивного ребенка, ведь он привык к порицанию, которое только подкрепляет агрессивности. 3. Необходимо предложить ребенку приемлемые способы выражения гнева и раздражения: поиграть в игру — кто громче кричит; поощрять бои с боксерской грушей, смять и выбросить бумажную фигурку обидчика, устроить морской бой в ванной, стреляя в корабли противника из рогатки и пр. 4. Чаще рассказывайте ребенку о вашем детстве и трудных ситуациях, как вы справлялись с ними, что переживали, о победах и поражениях. 5. Говорите ребенку о своих чувствах, желаниях: «Мне неприятно, что ты бросил свою одежду, забыв ее аккуратно сложить», «Я сейчас чувствую себя уставшей, посижу немного одна, потом поиграем вместе» и пр. 6. Старайтесь управлять собственными негативными эмоциями. Если в семье принято снимать напряжение скандалами и криками, то агрессивность может стать устойчивой чертой личности ребенка. 7. Заранее настройте ребенка на неприятную или просто новую ситуацию, будь то поход к врачу или в гости. 8. Поскольку агрессивные дети часто страдают мышечными зажимами, напряжены, старайтесь чаще играть с ними в подвижные игры, которые позволяют сбросить мышечное напряжение. 9. Купите ребенку краски, которыми безвредно рисовать руками. Через рисунок ребенок выплескивает свои эмоции, снимает напряжение.   Помните, что нельзя загонять гневные чувства внутрь. Ругая ребенка, сдерживая его враждебное поведение, вы ухудшаете его нервно-психическое и соматическое  состояние. Эмоции, загнанные  внутрь, усиливают стрессовое состояние и приводят к неврозу. |

|  |
| --- |
| **Кризис 3 лет**  Наконец-то вашему ребенку ровно три. Он уже почти самостоятельный: ходит, бегает и разговаривает... Ему многое можно доверить самому. Ваши требования непроизвольно возрастают. Он во всем пытается помочь вам.  http://psiholog-ds.ucoz.ru/Vozrast-osob/kids192.pngИ вдруг... С вашим ненаглядным что-то происходит. Он меняется прямо на глазах. И самое главное - в худшую сторону. Как будто кто-то подменил ребенка и вместо уступчивого, мягкого и податливого, как пластилин, человечка, подсунул вам вредное, своенравное, упрямое капризное существо.  И так весь день, неделю, месяц, а иногда и год, ежеминутно... Как будто в доме уже не малыш, а "нервотреп" какой-то. Отказывается от того, что ему всегда очень нравилось. Все делает всем назло, во всем не слушается, пусть даже в ущерб собственным интересам. А как обижается, когда пресекают его шалости... Любые запреты перепроверяет. То пускается в рассуждения, то, вообще, перестает говорить... Словно робот, недослушав вопросы и просьбы, отвечает всем: "нет", "не могу", "не хочу", "я не буду".  **Ребенок выделил себя как "Я"** среди множества окружающих его людей. Он хочет подчеркнуть свое отличие от них - "Я сам!" И это утверждение "Я-системы" - основа личности к концу раннего детства.  В 3 года дети ожидают от семьи уже признания независимости и самостоятельности. Ребенок хочет, чтобы его мнение спросили, чтобы посоветовались с ним. И он не может ждать, что это будет когда-нибудь в будущем. Ему все надо сразу, немедленно, сейчас. И он пытается любой ценой завоевать самостоятельность и самоутвердить себя в победе, пусть даже приводящей к конфликту с близкими людьми.  Возросшие потребности ребенка уже не могут быть удовлетворены и прежним стилем общения с ним, и прежним образом жизни. И в знак протеста, отстаивая свое "я", малыш ведет себя "вопреки родителям", испытывая противоречия между "хочу" и "надо".  **Опека наша для ребенка - та же скорлупа.** Ему тепло, уютно и безопасно быть под ней. В какой-то миг она ему необходима. Но наш малыш растет, меняясь изнутри, и вдруг приходит срок, когда он сознает, что скорлупа мешает росту. Пусть рост болезненный... и все-таки ребенок уже сознательно ломает "скорлупу", чтоб испытать превратности судьбы, познать непознанное, изведать неизведанное. И главное открытие - открытие себя. Он независим, он все может. Но... в силу возрастных возможностей малыш никак не может обойтись без мамы. И он за это сердится на нее и "мстит" слезами и капризами. С другими взрослыми, со сверстниками, братьями и сестрами ребенок даже и не собирается конфликтовать.  **Кризисы необходимы.** Они как движущая сила развития, своеобразные ступеньки его. В то время как физиологические перестройки кризиса не всегда обращают на себя внимание, изменения в поведении и характере малыша заметны всем.  **Негативизм** - это протестная реакция малыша на излишнюю требовательность, жесткие ограничения и запреты, а также на дефицит внимания со стороны родителей. Выражается обычно в том, что ребенок игнорирует любые просьбы взрослых только потому, что они исходят именно от них. Это негативная реакция на взрослого, а не на действия. Типичный пример: мать приходит с работы уставшая, не обращая внимания на ребенка, начинает заниматься домашними делами, попутно требуя от ребенка убрать игрушки. Тот делает вид, что не слышит ее.  Ребенок, отказываясь выполнять просьбу взрослого, может даже поступать вопреки своим чувствам и желаниям. Например, очень хочет идти в цирк, но, услышав просьбу взрослого одеваться, резко отказывается. Ребенок может противоречить взрослому даже в абсурдной форме («Какие у тебя красивые косы!» — «Нет, некрасивые!»).  Самая действенная рекомендация — оставить ребенка на время в покое или отвлечь от конкретной ситуации. Иногда помогают решить проблему просьбы-«наоборот»: «Мы сейчас никуда не пойдем, ты, пожалуйста, не одевайся сам». Главное, что должны показать родители ребенку, — спокойное, эмоционально нейтральное поведение. Негативизм с возрастом проходит, если родители властно не подавляют ребенка.  **Упрямство** — это такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем-либо не потому, что ему этого хочется, а потому, что он этого потребовал: «Дай мне красную юбку, я хочу!». Упрямство может стать и устойчивой чертой характера, если постоянно отмахиваться от ребенка, как от мухи, или идти на поводу у его желаний. Самое простое правило в этом случае — не запрещать, а объяснять. Ребенок 3-х лет отлично понимает разумные доводы взрослого. Важное правило — говорить ребенку правду.  Знайте, что ребенок не просто не соглашается с вами, он испытывает ваш характер и находит в нем слабые места, чтобы воздействовать на них при отстаивании своей независимости. Он по нескольку раз в день перепроверяет у вас - действительно ли то, что вы запрещаете ему, запрещено, а может быть - можно. И если есть хоть малейшая возможность "можно", то ребенок добивается  своего не у вас, так у папы. А лучше сбалансируйте правильно поощрения и наказания, ласку и строгость. Ведь это мы, а не кто иной приучили его к тому, что любое его желание - как приказ.  **Своеволие** проявляется в том, что ребенок хочет делать все сам независимо от ситуации и своих возможностей: сам покупать в магазине, переходить дорогу, не держась за мамину руку и пр. Естественно, такие желания ребенка не вызывают восторга у родителей. Однако в любой ситуации с малышом можно договориться. Самый лучший способ в данном случае — компромисс («Давай я понесу тяжелую сумку за эту ручку, а ты — за другую»). Дети очень быстро забывают про свои капризы и охотно включаются в новую игру. Самая желанная роль для ребенка — роль взрослого (мамы и воспитателя). Подыграйте ему, и вы увидите результат.  Если ребенку дают возможность что-либо сделать в значимой для него ситуации самому, конфликт с родителями быстро исчезает. И наоборот — любой жесткий запрет приведет к усилению этих негативных проявлений.  **http://psiholog-ds.ucoz.ru/Vozrast-osob/den.gifДеспотизм**. Поведение ребенка весьма противоречиво: с одной стороны, он старается все решать, как взрослые, все сам, а с другой — хочет снова стать маленьким, чтобы безраздельно владеть вниманием взрослых. Эти противоречия проявляются во властном поведении, когда ребенок начинает манипулировать взрослыми: «Нет, ты не пойдешь в гости, ты будешь со мной дома!», «Не говори по телефону, а играй со мной!» и пр. Самое время объяснить ребенку, что у каждого члена семьи есть свои дела, обязанности и желания, в которых ему, ребенку, тоже есть место: «Мы с тобой поиграли в мозаику, а теперь мне надо приготовить папе ужин, ведь он придет с работы голодный. Ты будешь мне помогать, и папе будет приятно, что мы вместе трудимся».  Для нормального развития малыша желательно во время кризиса 3-х лет, чтобы ребенок ощущал, что все взрослые в доме знают, что рядом с ними не малыш, а равный им товарищ и друг. Помните, что одобрение пусть маленьких, но самостоятельных попыток достичь результата в каком-либо деле — залог высокой самооценки ребенка в будущем. У ребенка обязательно должно быть ощущение и переживание успеха, тогда кризис пройдет незаметно. |