

Кризис трех лет.

Те из родителей, кто «прошел» через этот критический во взрослении ребенка период вспоминают такие картины:

Ребенок 2,5 лет, сам по себе доброжелательный и спокойный, на какое-нибудь замечание или действие начинает падать и биться головой, руками, ногами обо все что подвернется. При этом никакие уговоры, разговоры, попытки отвлечь не воспринимаются. Оторется, подходит: «Мама, вытри соплю.» — и опять нормальный ребенок.

Ирина

Другое воспоминание:

Дочке 2 года и 9 мес., делает все — абсолютно наоборот. На прогулке все время убегает от меня, при этом может выбежать на дорогу, где проезжают машины, велосипеды, иногда просто страшно. Когда говорю, что машина может задавить, у нее возникает интерес, и она нарочно выбегает на дорогу.

Анастасия

И еще:

У моего сына 2,4 г. в последнее время очень развилось чувство противоречия (или вредности). Например:

Мама, хочу тебя поцеловать.

— Давай поцелуй.

— НЕ ХОЧУ.

И такой диалог (с вариацией моих ответов) может длиться бесконечно. В какой-то момент он начинает плакать и дело доходит до истерики. Такое впечатление, что он не знает, как закончить этот диалог.

Реакция родителей на подобное поведение ребенка может варьироваться — попытаться отвлечь, не обращать внимания (ждать, пока «оторется», как в первом письме), наказать. Но практически все родители говорят о том, что эти перемены в поведении стали полной неожиданностью, что они «не узнают своего ребенка», что его «будто подменили» и т.п. Родителей объединяет чувство растерянности и недоумения, они не понимают, что происходит с их ребенком. Многие бегут к врачу, некоторые обращаются к психологу. И правильно делают, поскольку так называемый «кризис взросления у 2-3-леток» психологи называют «мини-подростковым» кризисом.

1. Негативизм. Ребенок дает негативную реакцию не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого. Он не делает что-то только потому, что это предложил ему определенный взрослый человек. При этом ребенок игнорирует требования одного члена семьи или одной воспитательницы, а с другими достаточно послушен. Главный мотив действия — сделать наоборот, т.е. прямо противоположное тому, что ему сказано).

2. Упрямство. Ребенок настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались. Упрямство отличается от настойчивости тем, что упрямый ребенок продолжает настаивать на том, чего ему не так уж сильно хочется, или совсем не хочется, или давно расхотелось.

3. Своеволие. Ребенок хочет делать все сам; и это не просто стремление к физической самостоятельности, а стремиться к самостоятельности намерения, замысла.

4. Обесценивание и строптивость. Обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого раньше. Ребенок может начать ругаться (обесцениваются старые правила поведения), отбросить или даже сломать любимую игрушку, предложенную не вовремя (обесцениваются старые привязанности к вещам) и т.п. Строптивость близка к негативизму и упрямству, но направлена не против конкретного взрослого, а против принятых в семье норм поведения (порядков).

5. Протест-бунт и деспотизм, проявляющиеся в частых ссорах с родителями. Ребенок проявляет деспотическую власть по отношению ко всему окружающему и диктует всем свою волю. «Ребенок находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними» (Л.С. Выготский)

Все эти явления могут проявляться с разной интенсивностью. И замечу также, что приписывание этих признаков возрасту 2-3 лет до некоторой степени условно. В поведении некоторых детей эти признаки проявляются уже в возрасте около полутора лет. Как правило, это очень активные и энергичные непоседы. У некоторых деток «волевое противостояние» с родителями отодвигается к 4 годам.

Давайте теперь разберемся, что же происходит с взрослеющим ребенком. Понимание поведения ребенка, определение смысла его поступков лежит в основе всего процесса воспитания. Известно, что довольно долгое время младенец психологически «соединен» со своей матерью. Младенец хочет есть — мать дает ему, он плачет — мама утешает, малышу холодно, мама укрывает и пр. Мама воспринимается как некоторая его Часть, удовлетворяющая его желания. Ребенок растет, его желания усложняются. Рано или поздно он сталкивается с тем, что не все его желания исполняются. В первый год жизни он может только «расстраиваться» из-за этого, криком подавая сигналы «своей Части», что она «не срабатывает» должным образом, но реально изменить ничего он не в силах. Мама или захочет удовлетворить его нужды, или нет.

По мере роста ребенок также замечает, что мама бывает разной — то ласковой, то отвергающей, и что какие-то средства влияния на маму действуют лучше других. И где-то в это же время он понимает, что от него кое-что зависит. Он как бы отделяется от мамы, осознанно пытаясь воздействовать на нее определенным образом.

Первый кризис роста случается, когда дети начинают осознавать, что они могут управлять удовлетворением своих потребностей. Т.е. понимают, что с помощью своего поведения (истерик, капризов, лежания на полу и пр.) они могут добиться от родителей исполнения своих желаний. Естественно, им хочется, чтобы любое их желание было тут же исполнено. Но мир устроен так, что все мы далеко не всегда можем получить желаемое. И каждому из нас надо уметь справляться с ситуацией неудовлетворенного желания — иметь терпение, целенаправленно двигаться к достижению цели, делая все от нас зависящее, а порой и смиряться с тем, что получить желаемое не в наших силах. Перед ребенком впервые появляется эта задача. И он должен как-то для себя ее решить. Первый кризис взросления минует тогда,

когда ребенок научится справляться со своими негативными эмоциями из-за того, что он не может выполнить свое желание.

Так ли иначе через кризисный возраст в том или ином виде проходят все дети. Когда родители узнают об этом, многие из них испытывают облегчение. Ведь поначалу всем кажется, что «все дети, как дети», и только «в моего как бес вселился».

Поговорим подробнее о реакции родителей. Какие типичные ошибки могут совершить родители в этот непростой для них период? Очевидна, что излишняя уступчивость нехороша... Многие родители ударяются в противоположную крайность — становятся излишне жесткими, особенно часто это проявляется у мужчин. При этом часто оказывается, что успокоить прорывавшего полчаса ребенка очень сложно, а никакого педагогического эффекта его длительный плач так и не дал. Понятно, что еще худший вариант — отсутствие четкой позиции, метания из крайности в крайность при нехватке решимости занять определенную позицию. Опыт показывает, что эта нерешительность чаще присуща женщинам.

Среди основных причин ошибочных действий надо назвать отсутствие информации об особенностях этого возраста и страх утраты родительского авторитета у совсем еще малыша.

Плохими советчиками в данном случае могут оказаться все, в том числе врачи и психологи, дающие советы общего характера: только «настаивай на своем» или только «не реагируй и старайся отвлечь». Причем, чем менее уверена мама в своих силах, тем меньше пользы в итоге принесут эти советы. Мама начнет применять общее правило на практике, а последствия могут быть совсем не такие, о которых ее предупреждали. Мама может растеряться и запутаться еще больше.

Получится некий замкнутый круг. Мама будет чувствовать, что «сил справиться с ребенком нет, ребенок абсолютно неуправляемый». На этом фоне может проявиться агрессия мамы, будет больше бессмысленных наказаний. Мама начнет чувствовать вину за свои срывы, а ребенок, ощутив слабость мамы, продолжит капризничать и бунтовать.

Так где же выход, спросите вы?

Родителям надо сесть и подумать — решить, когда и на чем настаивать и с чем в поведении ребенка мириться. В спокойную минуту надо взять бумагу и написать все свои требования к ребенку.

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 свое требование. Например, требование лечь спать в 21:00 — это жесткое («красное») требование или возможны его сдвиги («желтый») до 21:30 и позже в зависимости от ситуации — папа пришел с работы, ребенку хочется доиграть в игру и т.п.? Или, чистка зубов два раза в день — это необходимость («красный свет») или «ничего, если иногда пропустим» («желтый свет»? И так далее. Желательно, чтобы родители не составляли нереалистичные списки своих требований, а пытались бы сами наедине с собой решить, чего именно они будут строго требовать от своего ребенка, а где пойдут ему на уступки без внутреннего сопротивления.

Обычно у родителей получается примерно такой список: красный цвет — это безусловно все ситуации, связанные с безопасностью ребенка; но не только. Желтый цвет — режимные моменты и вопросы жизнеобеспечения ребенка. Зеленый — выбор маршрута прогулки, вида игр и пр.

Пока все, надеюсь, ясно. Но вот над частностями придется поломать голову. У разных родителей список получится разный, и это нормально. У каждого из нас свои представления о справедливости, и о значимости того или иного правила. Например, разрешать или нет ребенку брать папины инструменты? Можно ли ребенку без ведома мамы лазить по кухонным шкафчикам? Требовать ли убирать за собой игрушки? Заставлять ли ребенка есть молочный суп? Для того, чтобы предъявлять какие-то требования ребенку, на эти вопросы родители должны ответить прежде всего для себя.

После того, как вы сформулировали свою позицию, важно учесть индивидуальные особенности ребенка и его темперамент. Быть может, некоторые пункты вашего списка сначала окажутся в «желтой зоне». Но потом постепенно вы добьетесь перевода их в «красную».

Теперь посмотрим внимательно на наш «объект воспитания» и заметим, что это не подросток, не школьник, не дошкольник, а всего лишь ребенок, не так давно научившийся ходить и говорить. А это значит, что с ним нельзя обращаться как с равным «противником». Да, ребенок упрям и своеволен, да, он «покушается» на ваш родительский авторитет, но он еще сам не может справиться с собой.

Вообще, ощущение родителей, что ребенок все делает им «назло», не совсем верно. Да, ребенок противостоит воле родителей, но это не для того, чтобы «посрамить» своих родителей. И не для того, чтобы отвергнуть все правила. Ребенок парадоксальным образом борется с тем, в чем нуждается. Ведь правила — это определенная предсказуемость мира. Для того, чтобы решаться на все новые эксперименты по освоению мира, надо чтобы какие-то вещи оставались неизменными. Ребенок не может жить в хаосе, это слишком непредсказуемо, а потому опасно. Именно родители и задаваемые ими правила дают малышу чувство надежности и безопасности окружающего мира.

Вот почему лучше рассматривать вызывающее поведение ребенка как некоторое приглашение родителей упорядочить его мир, показав ему своей реакцией, что на самом деле важно, а что нет. Ребенку нужна твердость в позиции родителей, но не меньше нужна и помощь в освоении правил, в их принятии.

Помните письмо мамы (Оксаны), которая заметила, что мальчик не может закончить свои противоречивые требования к ней? И впадает от этого в истерику? Ей стоит придумать способ разрешить противоречие в желаниях ребенка.

Когда дети сами не могут разобраться в своих желаниях, им необходима помощь взрослого, чтобы вывести их из этого противоречия «хочу-не хочу». Надо найти выход из этого диалога, который устроит ребенка. Возможен такой вариант (но быть может, кто-то придумает другой, еще более удачный): сказать «давай я тебя поцелую» — и целовать; «а теперь я не хочу тебя целовать» — и не целовать. Пусть малыш на этом примере увидит, что одновременно выполнить два противоположных действия нельзя, но сразу одно за другим — можно.

Еще один способ разрешить противоречие — предоставить мальчику самому найти решение как бы от лица мамы. Можно сыграть в игру «Не хочу», причем роль непослушного мальчика, который не знает, что хочет, должна сыграть мама. И тогда

мальчику самому придется найти какое-то решение этого противоречия для «капризной маленькой мамы», подсказав ей тем самым, как лучше всего себя вести.

На этом примере хорошо видно, что правильная позиция родителей безусловно важна, но важны и приемы, с помощью которых они смогут «с честью» выйти из сложной ситуации во взаимоотношениях с ребенком. Хорошо, если у мамы в запасе есть много способов «перехитрить» ребенка, добиться от него выполнения желаемого, не вступая с ним в открытое столкновение.

Многие мамы жалуются «я стараюсь переключить его внимание, но ничего не получается». Значит ли это, что стоит вообще отказаться от этих попыток? Конечно, нет. Быть может, мама просто не рассчитала свои силы (на «хитрости» может потребоваться время и некоторые умственные и энергетические затраты). Например, мама привела малыша с прогулки, ей предстоит накормить его обедом и уложить в кровать, а тут ребенок устроил дебош из-за процедуры раздевания. Мама и пытается что-то придумать, но ее голова занята скорее супом и соблюдением режима, чем поисками «красивого» педагогического приема.

Переключение быстрее сработает, когда ребенок слышит по маминой интонации, что ей самой интересно сыграть с ним в предлагаемую игру. «Давай сыграем, что твои ручки будут грязные слонята, а кран будет мама-слониха, которая поливает их водой из своего хобота?» «Давай играть в Наоборот: я тебе скажу — не ешь суп, а ты будешь меня не слушаться; а я на тебя как будто сердиться». «Я не мою тебе голову, это тракторы соревнуются — что первый распашет свою пашню...»

Чем больше идей в запасе, тем проще выбрать наиболее подходящий вариант. Задавшись целью развить эти свои навыки, вы непременно найдете, у кого поучиться. Хорошим подспорьем может стать и опыт знакомых, и интернет-форумы на родительских сайтах, и советы специалистов.

Давайте подведем итоги.

Типичная Ошибка родителей заключается в отсутствии у них твердой позиции, чего именно требовать от ребенка. Часто разные члены семьи не могут договориться друг с другом на этот счет, что создает дополнительные трудности в решении ситуации. Нехорош также подход, требующий от ребенка полного повиновения родителям и ломающий при этом его волю в принципе.

Причинами ошибок являются: неготовность к изменениям в поведении ребенка, отсутствие информации об особенностях этого возраста, стремление сохранить свой родительский авторитет любой ценой или, наоборот, излишняя мягкость и уступчивость.

Плохими советчиками родителям становятся те родственники или специалисты, которые дают общие советы, не разбираясь в деталях ситуации; при этом советы могут быть противоположны — от «не обращай внимания» до «ломай и заставляй всегда делать по-своему».

Неуверенность мамы в своих силах, ее желание соответствовать всем противоречивым советам, метание из крайности в крайность создают Неблагоприятные Внешние Условия, и привносят еще больше путаницы.

К совершаемым родителями Ошибочным Действиям относятся напрасные наказания, обвинения и «срывы» на ребенка, непоследовательность в действиях: то настаивают, то уступают.

Последствиями Типичных Ошибок становится формирование «порочного круга»: увеличение капризов ребенка приводит к увеличению маминой растерянности и неуверенности в себе. Ощущение, что «сил справиться с ребенком нет, ребенок абсолютно неуправляемый» приводит маму к эмоциональному стрессу, ей становится сложнее контролировать себя, она может часто срываться на ребенка, испытывая при этом вину перед ним. Бессмысленные непродуманные наказания увеличивают капризы ребенка и его неуправляемость. Круг замкнулся.

Правильные действия родителей подразумевают основаны на понимании поведения ребенка, смысла его поступков. Они опираются на четкую позицию родителей, определяющую, когда и на чем настаивать и с чем в поведении ребенка мириться. Последовательная политика запретов и система наказаний (об этом — в следующей главе) позволят родителям держаться избранной линии поведения и спокойно переживать всплески негативных эмоций у детей. Если ребенок видит, что мама спокойна и тверда в своих действиях, он вскоре отступает.

Родителям не стоит стремиться казаться излишне строгими и суровыми. Чтобы справиться с кризисом 2-3 лет надо помнить о принципах: твердость в намерениях, но гибкость в действиях. Важно учитывать не только индивидуальные особенности, но и возраст ребенка — он еще не взрослый, от него рано требовать понимания и повиновения, как от школьника, например. Желательно иметь в запасе различные маленькие хитрости, позволяющие маме добиться от ребенка нужного поведения, не вступая с ним при этом в открытое столкновение. Чем больше их запас, тем увереннее будет чувствовать себя мама в ситуации конфликта с ребенком.

Подобные «обходные маневры» можно тренировать. И при этом развивать терпение и уверенность в себе, основанное на понимании ситуации. Обязательно нужно поощрять ребенка за хорошее в его поведении, хвалить его за это. Пусть ребенок гордится тем, что он что-то сделал правильно «как взрослый». Выдержав это испытание, родители смогут выйти на новый уровень взаимопонимания со своим ребенком и добиться от него послушания, основанного на уважении ко взрослым, а не на страхе.