

Александра Васильева



# КАК ОТУЧИТЬ РЕБЕНКА КАПРИЗНИЧАТЬ



ОДОБРЕНО ПСИХОЛОГАМИ. ПРОВЕРЕНО МАМАМИ

Лучшая книга о вашем ребенке

Александра Васильева  
**Как отучить ребенка  
капризничать**

«Вектор»

2015

## **Васильева А.**

Как отучить ребенка капризничать / А. Васильева — «Вектор», 2015 — (Лучшая книга о вашем ребенке)

Каприз – от французского «упрямство», «упорство», «причуда». Вот эти три значения и описывают все то, что мы привыкли считать детскими капризами. Капризничает – значит ведет себя не так, как предполагала мама, не так, как маме было бы удобно или понятно. Психологи говорят, что каприз в чистом виде, то есть немотивированное желание поступать наперекор всему, – поведение достаточно редкое и в основном связано с плохим самочувствием маленького человека. В остальных случаях под именем каприза скрывается проверка или раздвижение границ своей свободы, попытки отстоять свое мнение, выбор, решение, право; особенности индивидуальности, которые не влезают в рамки норм, принятых в семье. Давайте вместе с психологом посмотрим, что в каком случае происходит и как поступать растерянной, рассерженной, усталой маме. То есть как ей стать мудрой, спокойной и веселой. А это важно, ведь не секрет: поведение наших детей во многом отражение нашего собственного поведения.

## Содержание

Предисловие	6
Существуют ли капризы?	7
Родители как повод для капризов	9
Кризис первого года и капризы	11
Капризы и кризис трех лет	14
Поводы для капризов: важные и не очень	15
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# **Александра Васильева**

## **Как отучить ребенка капризничать**

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© А. Васильева, 2015

© ООО «Издательство „Вектор“», 2015

## Предисловие

Приходит в мир маленький человек с никому не известным характером, способностями, предпочтениями и судьбой. И встречают его два (берем идеальный вариант) человека: мама и папа. Они ждали появления малыша девять месяцев и за это время уже успели придумать не только имя, но и то, каким он будет.

Приходит человек в мир и оказывается не совсем таким, как мечталось. Прекрасным, но в чем-то чуть-чуть не таким. Неожиданным! Знакомятся с ним мама и папа и... То, что происходит дальше и как это происходит, как сложатся отношения этих людей – каждый раз новая история. Однако есть в ней один повторяющийся момент. Когда проходят первые месяцы жизни младенца, отданные в основном заботе и уходу за ним, взгляд родителей как будто немного меняется. И появляется это выражение: «Ребенок капризничает».

Когда в той или иной семье впервые произнесут роковые слова, зависит от многих причин, но чаще всего это случается ближе к году со дня рождения малыша. До этого момента его проявления: плачет, кричит, ест не ест, спит не спит, любит лежать в кроватке, не любит, успокаивается только на руках – расцениваются не как капризы, а как сообщения о потребностях.

Собственно, детские психологи считают, что так оно и есть. Характер девочки и мальчики начинают проявлять где-то через двенадцать месяцев после рождения. Этот же возраст обозначен как возраст первого кризиса или первый всплеск самостоятельности. А как же! Ведь именно в это время дитя овладевает двумя волшебными человеческими навыками: речью и прямохождением. И обретает новую степень свободы во взаимодействии с миром. Речь облегчает взаимопонимание, умение ходить не только модифицирует способ передвижения, но и позволяет дотянуться до вещей и забраться в места, которые ранее были недоступны. Человек на двух ногах выше, чем на четырех конечностях, – он больше видит и больше может (руки-то постепенно освобождаются от ходьбы).

Самостоятельность – это плюс. Какая мама, какой папа не радовались первому слову или первому шагу детей! И второму, и десятому... Ходить и говорить – это безусловно хорошо, говорит человеческое сообщество своему новому члену. Однако свобода в использовании этих навыков довольно быстро начинает ограничиваться. «Здесь не кричи», «туда не ходи», «это не трогай», «сюда не лезь», «помолчи немного». Получается, что ходить и говорить – просто отлично, но хорошо бы ходить там, где положено и говорить в соответствии с нормами воспитания. Вот тут и происходит первое грандиозное столкновение взрослого и детского миров, которое проявляется в поведении малыша тем, что мы привычно именуем капризами.

Более или менее «острые» случаи капризов бывают у всех. Систематическое капризничанье – свидетельство развития определенных черт в характере ребенка. Капризы, переходящие в истерики, – сигнал, что в жизни маленького человека не все ладно и надо внимательно приглядеться, что с ним происходит.

Итак, ребенок капризничает, жалуетесь вы (или возмущаетесь, или утверждаете, в зависимости от собственного характера, представлений и отношения к заартачившемуся дитяти). А что такое капризы и существуют ли они вообще? Есть ли на свете дети, которые не знают капризов?

## Существуют ли капризы?

Как психолог, могу ответственно сказать, что капризы как диверсии, совершаемые детьми в мире взрослых, не существуют. А вот (заглянем в будущее, когда наш малыш уже преодолел рубеж младшего школьного возраста) манипуляция взрослым миром, выросшая на «капризной» почве, вполне возможна. Как же так, спросите вы?

Дело в том, что совокупность всего, что взрослые люди именуют капризами: упрямство, слезы, валяние по полу, «не хочу» или «дай», разбрасывание вещей, крики, «насупливание», отказ делать то, что говорят и т. д. – это реакции ребенка. И реакции эти могут быть двух типов.

### *1. Реакция на собственное внутреннее состояние*

«Как-то я не так себя чувствую». В этом случае на помощь приходит народная мудрость. Опыт поколений говорит, что, если ребенок ни с того ни с сего начал капризничать и из «солнышка» превратился в «дьяволенка», нужно в течение последующих нескольких часов проследить за его самочувствием. Такое поведение часто говорит о зарождающейся внутри маленького организма болезни. Мы ведь взрослые тоже болезнь нередко чувствуем заранее: что-то как-то не так... Только капризничать себе не позволяем.

«Что-то мне не нравится, а что – понять не могу» – реакция на собственное внутреннее душевное состояние. У детей, как и у взрослых, бывает неважное настроение. Сегодня, по мнению малыша, мироздание как-то не так устроено, как ему бы хотелось. Или что-то огорчило, а что конкретно, ребенок может и не вспомнить. Или слишком весело и громко, слишком тихо и страшно. Да мало ли что может быть... Такие капризы, своего рода претензии к пространству, достаточно легко прерываются методом отвлечения, развлечения, переключения.

### *2. Реакция на постоянные «неполадки» во внешнем мире*

Чаще всего это бывает, когда слишком много «можно», и дитяtko посредством капризных реакций превращается во властелина мира. С одной стороны, ему неуютно без границ, потому что для детской психики границы – гарантия его собственной безопасности. С другой стороны, если вдруг было все можно, а однажды стало что-то нельзя, как тут не поорать и не потребовать своего, положенного! Обратный вариант – слишком много «нельзя». Одни смиряются с жизнью в клетке постоянных запретов, другие очень рано понимают, что так жить нельзя, и пытаются раздвинуть границы свободы, опять же с помощью капризных реакций.

Самый неприятный и трудный вариант, когда «можно» и «нельзя», исходящие от разных значимых взрослых, противоречат друг другу. Здесь уже можно увидеть в капризах и зачатки манипуляции, и ростки настоящей трагедии. Психика ребенка не имеет возможности уравновеситься. Нормы не складываются. Такой каприз звучит, как вопрос: «Что делать-то, товарищи?! Определитесь!»

Капризное состояние порой отражает состояние дел в семье. Через детские слезы, забастовки, «кричалки» и «ворчалки», нитью можно отследить напряжение в семье, ссоры, давление мамы на папу, папы на маму, свекрови на невестку, тещи на зятя и т. д. Маленький член семьи остро ощущает, что силы и энергия, которые могли бы быть потрачены на него, уходят на выяснения отношений, поддержание «злого мира», раздражение. Кроме того, жить в мире, где пространство отношений напряжено, ребенку трудно, буквально физически тяжело! А ведь часто взрослые еще и пытаются использовать его как карту в собственных спорах. И как тут не реветь по любому поводу?!

А бывают «капризы», которые на поверку оказываются совсем не капризами.

Я говорю о нескольких вещах: упрямстве, любопытстве и самостоятельности. Все три легко можно спутать с капризной реакцией.

Порассуждаем об упрямстве. Чем оно отличается от каприза? Прежде всего своей направленностью. Каприз – это, в первую очередь, протест. Капризом ребенок говорит «я не хочу», а упрямство – это выражение «хочу». Нет, никто не говорил, что это приятная штука, бывает, что и она очень даже досажает, но, в отличие от каприза, упрямство может быть созидательным. Капризничая и оценивая реакцию взрослых, ребенок исследует, как продемонстрировать состояние «мне плохо», а потом, возможно, и использовать его. Если же малыш упрямится, то таким образом он учится добиваться своего. Каприз лучше всего прекратить, прервать, а упрямство можно с успехом перенаправить на благие цели. Кроме того, к упрямству неплохо было бы прислушаться, ведь это требование маленького человека. Посмотрите, чего он хочет, и подумайте почему.

Любознательных детей тоже часто называют капризными. Почему? Да потому, что исследование мира требует постоянного расширения границ. Интересней всегда то, что за забором, в другой комнате, спрятано, запрещено, и там, куда ходить и залезать нельзя. Любознательный малыш непрестанно пробует: а что будет, если я сделаю так? Мама хмурится... А еще раз сделаю так? Оттаскивает за руку. А я еще! Ой, кричит. Ладно не буду. А что, если?.. И так до бесконечности. Проверка границ – любимое занятие любопытных малышей, в которых силен исследовательский инстинкт. Конечно, на этом пути происходят постоянные столкновения взрослого и детского миров. Бывают и слезы, и крики, и настаивание на своем, но по сути своей это не каприз. Ребенок не отрицает, он проверяет и расширяет. И ему можно и нужно помочь, предоставляя свободу в рамках безопасности и свободы других членов семьи.

Порывы самостоятельности отличить от капризов опять-таки бывает непросто. Крик «я сам!», особенно когда мы спешим, вне дома, в общественном месте или в условиях, для детей не приспособленных, способен поставить дыбом волосы на любой голове.

«Я сам!» – и каша вылетает из ложки перехваченной маленькой ладошкой, «Я сам» – и мы затормозили у двери на полчаса, пока дитя самостоятельно натягивает ботиночки, «Я сам!» – умывание превращается в купание, причем не только самого ребенка, «Я сам!» – летят на пол тарелки, прижимаются дверями пальчики, больно жалит утюг, брошенный в кастрюлю пельмень поднимает фонтан горячих брызг.

Урегулировать ситуации, когда «я сам» можно, когда сам, но с помощью или при определенных условиях и когда «сам» еще твердо запрещено, ибо небезопасно для твоего здоровья, – непросто. Дети частенько отвергают взрослую логику и оценивают собственные силы, способности и навыки по-своему. Желание быть самостоятельным наталкивается на сопротивление: не получается, не разрешают, переделывают после того, как сделал я, не подпускают, запирают на ключ, кладут на верхнюю полку. Тут на помощь могут прийти только разговоры. Объясняйте, почему, как, зачем – объясняйте бесконечно. Даже годовалому малышу требуется объяснение: почему его, такого взрослого, уже стоящего на двух ногах и умеющего по-человечески объяснить свои желания, не пускают одного за дверь или отгоняют от духовки. В чем дело?!

А параллельно объяснениям дайте ему попробовать все, что попробовать действительно можно. Навсегда от псевдокаприза вы не избавитесь, но есть надежда, что ребенок научится понимать ваши доводы и следовать вашим советам.



## Родители как повод для капризов

Слышали модную фразу: «Наши дети – не наши дети, а стрелы»? Смысл ее сводится к тому, что ребенок, кем бы он ни был рожден, – не придаток, не наше продолжение и не вещь, принадлежащая взрослому. В этом много теоретически истинного, но практически лукавого. Не ложного, нет, но слишком идеального, чтобы полностью сбываться в быту. Жизнь и опыт поколений вносят свои коррективы в самые правильные помыслы.

Спросите у малыша, чей он, и, скорее всего, получите ответ: «Мамин». Ребенку до определенного возраста психологически необходима эта устойчивость – принадлежность. И ничего плохого в этом нет. Родители для малыша – боги. Боги, от которых зависит его жизнь в самом прямом смысле, и в не прямом тоже. Поэтому он испытывает по отношению к папе и маме всю гамму «божественных» чувств: любовь и страх, гнев и восхищение, доверие и сомнения, желание соответствовать требованиям и бунтарство.

Отношения с миром в первые годы жизни строятся именно через родителей. И малыш чувствует это природным чутьем, ему-то в нормальном случае не приходится сомневаться, чей он, кому принадлежит, кто им управляет и от чьего мнения, настроения, состояния и желаний он зависит. Всякое сомнение в этом вызывает кризис, потому что маленький человек теряет ориентиры и ощущение безопасности. Все это он чувствует изнутри, и никакие философские размышления ему не мешают.

А что же родители? Как они отвечают на эту полноту доверия и приятия, которую дает ребенок? Родители, конечно, бывают разные, и поступают и думают они тоже по-разному. Мы говорим о типичных случаях, так называемых нормах. А в норме никакая книжная премудрость не позволит маме лишиться младенца внутренних и внешних границ, обеспечивающих безопасность, а также внимания и руководства, помогающих новому человеку освоиться в человеческом обществе. Еще это называют воспитанием в любви, теплоте и заботе, обеспечивающих удовлетворение его потребностей. Мама будет давать ответ на чувства ребенка. Более или менее правильный...

Будут ли в этом случае поводы для капризов? Конечно, будут. Потому что мама (и другие близкие люди), кроме божественных функций, выполняет еще и функции главного раздражителя. На нее и на папу изливается все, чем малыш недоволен в этом мире, против чего готов выступить с громкой речью, более или менее снабженной словами. «Вы все неправильно устроили! Мне неудобно! Мне скучно! Я не хочу того, что ты предлагаешь! Я и сам не знаю, чего хочу, а ты угадать не можешь!»

Родители – прекрасный адресат для претензий к жизни. А они появляются сразу, как только немного отступает необходимость непрерывного удовлетворения потребностей в еде, сне, сухости и безопасности. Все вроде бы хорошо, но появилось время заскучать без общения, выкинуть надоевшую игрушку, «поссориться» с обувью, потребовать, чтобы снова и снова спускали воду в унитазе и т. д. В разных кризисных возрастах причины для недовольства бывают разные. Но об этом мы поговорим позже. А пока...

Давайте посмотрим в глаза реальности. Наши дети – это, как ни крути, наши дети, ибо именно к нам, родителям, они чаще всего обращаются. И наши дети – во многом наше продолжение, ибо мы не можем дать им ничего реальнее, чем мир, в котором живем сами. Мы будем воспитывать их или так же, или противоположно тому, как воспитывали нас, мы будем показывать и рассказывать только то, что есть в нас самих. Они будут сделаны из нас, из нашего материала, плюс что-то еще. И наши дети, конечно, не наши вещи, однако они принадлежат нам просто потому, что, как нормальные мамы и папы, мы несем за них ответственность.

Тогда кто же он – маленький человек? Не личность, что ли? Может быть, потому и капризы? Все из-за родительского гнета? Рассмотрим другую сторону медали. Наши дети не НАШИ дети, они такие же люди, как мы, только маленькие. У них уже есть все, что делает человека человеком. И когда мы пытаемся ущемить их в этих правах, они капризничают.

Нет, они не читали Декларации независимости и даже, возможно, никогда не прочтут и не узнают, что это за документ, но они все чувствуют! Дело в том, что «отдельность» нужна человеку для того, чтобы выживать, не меньше, чем забота и ощущение границ. Исследовать мир, делать самому, настаивать на своем, отвоевывать и защищать свои границы как физические, так и психологические, думать своей головой, принимать собственные решения, следовать своей мечте, знать свой внутренний мир. Да-да, это все качества, которые позволяют ребенку вырасти полноценным человеком. Помните: «Детей надо баловать, тогда из них вырастают настоящие разбойники». Это как раз о свободе.

А что же наша «нормальная» мама? Да она все это тоже чувствует, или осознает, или принимает на веру книжный опыт, или познает на собственном. И по мере возможности терпеливо ждет, пока дочка сама натянет колготки, раз за разом поднимает отправленную в дальнее странствие ложку, провоцирует малыша размышлять над проблемой развалившейся пирамидки или ползущего жука, дает возможность выбирать хотя бы из двух блюд, внимательно наблюдает, какие способности и склонности проявятся у чада, и ищет варианты, чтобы он попробовал и спорт, и музыку, и рисование, и математику, и... что-нибудь еще. Все по мере возможностей семьи, в которой растет ребенок. Будут ли в данном случае капризы? Да, несомненно.

Лучше я эти цветные колечки под диван затолкаю, они меня обижают!

Не хочу ни кашу, ни творожок, хочу только-только блинчиков!

- Дашенька, какой суп сварить!
- Борщик!
- Борщ только что доели. Давай другой?
- Хорошо, давай другой борщик!

Не хочу идти на развивалки! Ма-маааааа, завяжи! Гулять хочу! Гулять не пойду! Нет, пойду! Нет, не хочу...

А почему? Да потому, что свобода личности – всегда выход из зоны комфорта. А это дело азартное, но в большинстве случаев пугающее, утомительное, и не всегда понятно, зачем нужное.

Все было так хорошо, мама с ложечки кормила... Сам тоже попробовал, бросать на пол интересно, есть – не очень. Пусть кормит и дальше. А то как заплачу!

- Почему это ложку мыть самому можно, а ножик нельзя?!
- Хочу и буду есть из кошачьей миски!
- Не смей меня одевать... раздевать!

И далее по кругу. Родители становятся мишенями для капризов в любом случае. (Помните этот феномен? С бабушкой ведет себя отлично. В гостях не дитя, а ангел. В детском саду буквально идеальный ребенок. Все это, пока не пришла мама.) В маме и папе для ребенка отражается мир. Вот и все. И маленький человек, капризничая, критикует это отражение. И будет критиковать. Кто-то больше, кто-то меньше. Хотелось бы, конечно, чтобы меньше. Как это сделать? Есть только один общий путь: день за днем, ситуация за ситуацией показывать малышу, что вы не причина и повод для капризов, а помощники в его нелегкой детской жизни.

А она полна неожиданностей, противоречий и кризисов.

## Кризис первого года и капризы

Где-то в районе первого дня рождения – плюс-минус пара месяцев – случается первый кризис. Это время не всегда приятного открытия: вот я, вот мама (папа, бабушка, дедушка, тетя). Я – ребенок, она – взрослый. Мы разные. Причем разные не совсем справедливо. Им, взрослым, так много можно, чего нельзя мне. А я так много хочу, потому что уже учусь ходить и могу путешествовать по дому и на улице, кое-что могу сказать, и меня понимает не только мама.

С каждым днем вокруг оказывается все больше интересного, того, что непременно нужно потрогать, попробовать и даже присвоить. Однако меня ограничивают! Что за безобразия?! Папе можно работать с инструментами, а у меня гвоздь из ладошки вытащили сразу и больше не дали. И стамеску не дали, и молоток. Мама косметику свою в верхнем ящике закрыла, а я тоже хочу покрасить и себя, и куклу, и собаку. И из кухни выставляют часто – мол, брызнет, уронишь, горячо...

В общем, взрослые – тираны! Не дают исследовать мир. И это так обидно, что я протестую, я буду орать, пока не дадут полизать лампочку и не откроют дверь на балкон. И этим вашим горшком пользоваться не буду, хочу на большой унитаз. Почему мне нельзя?!

Причину начавшегося каприза в этот период установить не так-то просто. Говорит малыш еще не ахти. А действовавшие раньше безотказно в ответ на опасное «хочу» способы: убрать вещь с глаз долой, отвлечь, просто спокойно сказать «тебе это не нужно» – работают все хуже. Родители расстроены поведением прежде послушного ангелочка. Ангелочек, в свою очередь, разочарован – чем больше он видит интересного вокруг, тем чаще слышит запрет. И находит коса на камень. Малыш хочет общаться не только тогда, когда этого хотят взрослые. Более того, он желает быть понятым. Он полагает, что уже достаточно понятно копирует их слова, чтобы не получать озадаченного взгляда в ответ на свою речь.

Наступает кризис. И единственное средство пройти его с наименьшими потерями с обеих сторон – изменить стиль общения с ребенком в соответствии с изменившимися потребностями.

Чадо растет. Оно хочет само держать ложку, и не просто держать, а решительно засовывать в тарелку. Может даже попытаться засунуть в собственный рот или в ваш – его ведь лучше видно. Значит, будем пробовать. Вот тебе ложка, я для подстраховки возьму другую. Поехали! Экспериментируй. А малыш уже перешел к следующему опыту: вместо своей безопасной поилки тянется к «взрослой» чашке. Значит, пришло время научить пить из нее. Сначала из ваших рук, потом придерживая и наконец самостоятельно, под вашим наблюдением.

Собираемся на улицу. «Дай!» Это по поводу шапочки. Дочке пришло в голову рассмотреть то, что на нее надевают каждый день. Потом примерить на куклу. Кошка, посмотрев на куклу в шапке, быстро убралась с глаз долой. Наконец, я не выдержала, сама натянула шапочку на голову дочери. Соседка, выходящая из квартиры напротив, увидела возмущенную девочку в слезах.

– Что случилось, маленькая?

– А-а-а!

Как вы думаете, это все из-за шапочки?

История, до боли знакомая каждой маме. В год или около того дети больше экспериментируют со знакомыми вещами, чем используют их по прямому назначению. Это необходимый этап освоения предмета – выяснить его потенциальные возможности. Не выбросить бумажку в мусорку, а перевернуть оную и посмотреть, что там есть в ее недрах. И даже попытаться в нее залезть, или покатать по квартире, или сложить туда свои игрушки. Судя по всему, экспе-

рименты с шапочкой были прерваны на самом интересном месте. Каприз в данном случае – реакция маленькой исследовательницы. И он будет не долгим, если ребенка просто переключить на что-то другое, не менее интересное: «А пойдем посмотрим...»

А как сделать, чтобы каприза вообще не было? Вступайте сами на тропу исследований! Попросите дочку примерить головной убор на вас. Скорее всего, увидев свою вещь на маме, девочка поспешит попросить ее обратно. И вы спокойно пойдете гулять. Не препятствуйте и по возможности не прерывайте, а участвуйте вместе с ребенком в расследовании: как ведут себя вещи и люди.

Повторять в точности ваши действия с предметами чадо еще будет, и будет настойчиво, с заявлением «я сам!», но немного позже. Сейчас время экспериментов, а заодно и открытия физических законов: что бьется, а что нет, что в чем тает, что чем можно покрасить, что тонет, а что плавает. Эксперименты требуют неперемного участия взрослых «лаборантов». Вы все еще несете ответственность за безопасность маленького ученого, служите ему советчиком, энциклопедией и силой, направляющей эксперименты в нужную сторону и гарантирующей их безопасное завершение.

Начинается время, когда ваше солнышко уже не устраивает роль куклы, с которой что-то делают взрослые. Кризис одного года показывает, что настала пора делать вместе с ним, причем не всегда то, что, по вашему разумению, делать положено. Радуйтесь и удивляйтесь! И кризис пройдет легче.

Есть еще один момент. Первый порыв к самостоятельному освоению мира требует установления четких границ. Это время первых категоричных «нельзя».

Таковых в вашем распоряжении два вида: просто «нельзя» и «это нельзя, зато вот это можно». Первое касается тех вещей, которые запрещаются однозначно и всегда. Можно объяснить, почему нельзя. При повторении попыток нарушить запрет – а они будут обязательно! – объяснение должно повториться, причем причины запрета меняться не должны. Если сегодня залезать на стол нельзя, потому что можно упасть, завтра – потому что чашку уронишь, а послезавтра – потому что хорошие дети так не делают, запрет не сработает. Причина должна быть одна и желательна настоящая.

«Это нельзя, зато вот это можно» означает, что категорически нельзя брать «взрослый» нож, но можно детский. Ребенку предлагается альтернатива. Папиными карандашами рисовать нельзя, а своими можно. На обоях нельзя, а на бумаге, прикрепленной к обоям, можно, в девочку бросать камешек нельзя, а в пруд можно. Запрет также должен иметь причину, причем понятную для ребенка и объясняющую разницу между похожими вещами, которые запрещены и разрешены.

А есть еще «нельзя» на время, или отложенное «можно». В годовалом возрасте малыш только начинает учиться ориентироваться во времени и одновременно с ним дружить. Отложенное «можно» означает требование подождать с исполнением своего желания. Разумеется, пока ожидание не должно превышать нескольких минут. У такой временной границы несколько функций. Она показывает ребенку само течение времени, подчеркивает, что НЕ ВСЕ ПРОИСХОДИТ СРАЗУ, то есть учит малыша терпению и ожиданию. Как мы все знаем, и то, и другое в жизни очень пригодится. Умение подождать – первая ступень взрослой мудрости. Кроме того, так малыш учится самостоятельно переключаться на что-то другое, пока желаемое получить нельзя. Навык ожидания, переживания паузы развивается постепенно и очень полезен для психологической устойчивости.

Естественно, годовалого сына не надо просить подождать два с половиной часа, по прошествии которых вы сможете с ним поиграть. У него за это время начнется не то что вторая, а уже четвертая или пятая жизнь. Однако попросить подождать «немного, пока кашка разогре-

ется» – это понятно и вполне выполнимо, особенно если предложить на время ожидания другое занятие. Маленькая хитрость: пусть это занятие будет здесь же, за столом или на детском стульчике, где ребенок ожидает обеда. Можно порисовать на листочке, покрутить ложку, рассмотреть рисунки на чашке и тарелке, поболтать с мамой. Такой навык – заняться чем-нибудь в той же обстановке, в которой происходит ожидание, – поможет вам потом и в гостях, и в кафе, и в детском саду.

Категорических «нельзя» должно быть очень немного. Это границы абсолютной безопасности. «Нельзя это, можно то» – работает на будущее, открывая перспективы: вот вырасту большой, как папа, и мне будет можно молоток, а пока я своим детским так же громко постучу. «Подожди немного» – ориентирует в ближайшем будущем, развивает навык не расстраиваться из-за того, что нельзя получить желаемое немедленно, и формирует умение занять себя чем-то интересным.

И не путайте «нельзя» с повседневными правилами. Здесь мы с вами немного забегаем вперед, но все же: у большинства детей есть режим, и он представляет собой правила, а не запреты. Например, детишек стараются ограничивать в сладком, и это правило, а не запрет. Правила отличаются тем, что время от времени их можно нарушать. Нарушение правил – разгрузка психики, праздник, повод порадоваться и даже пошалить. В год показать человеку, в чем разница между правилом и запретом, еще трудно, но ближе к трем годам «нарушалочки» могут сослужить вам добрую службу.

## Капризы и кризис трех лет

Проскочили, пережили, набрались опыта – кризис первого года миновал. После этого в большинстве случаев наступает более спокойный период. Малыш осваивает новый способ передвижения и новый способ общения, и где-то до двух с половиной лет он вполне удовлетворен тем типом отношения к нему, который выработался после кризиса первого года (если, конечно, вам удалось поменять свое отношение с «младенческой» модели на модель «отдельного существа», если нет – интенсивные капризы могут продолжиться).

Но время летит, и вот вашему чаду уже больше двух лет, и с ним что-то опять происходит. Происходящее можно собрать под, казалось бы, прекрасным лозунгом: «Я сам!»

- Я сам оденусь.
- Я сам буду есть.
- Я сам умоюсь и почищу зубы.
- Я сам подмету.
- Я сам достану.
- Я сам включу.
- Я сам знаю.
- Я сам решу.
- Я сам налью.

Очень радуют попытки малыша самостоятельно натянуть колготки, но не всегда приводит в восторг результат и количество затраченного времени. Пытаешься помочь – и нарываешься на истерику.

Девиз этого возрастного этапа: «Я самостоятельное и независимое существо». Человек утверждает себя в мире, отстаивает свое право на решения, желания, действия, не зависящие от окружающих взрослых. Причем доказывает он свою самость прежде всего себе, а уже потом окружающим, поэтому упрямство становится доминирующей чертой характера бывшего ангелочка. Капризы в это время становятся непрерывными и категоричными. Малыша уже труднее просто отвлечь или переключить. Он зорко следит на тем, чтобы его «хочу» и «не хочу» не нарушались.

И если до этого вас бесконечно радовало, что он научился что-то делать без вашей помощи, то теперь вы ужасаетесь, когда он берется ВСЕ делать сам, так сказать, минуя стадию обучения и игнорируя ваши доводы и пожелания, отвергая помощь и советы.

## Поводы для капризов: важные и не очень

– Давай наденем синенькие носочки.

– Нет!

– Ну тогда красные?

– Не хочу. Я сам выберу!

И малыш натягивает на одну ногу синий, на другую – красный. Вообще-то вам хочется сказать, что так нельзя, переодеть неудавшегося стилиста и быстренько отвести в детский сад. Но! Но он вопит, извивается и устраивает настоящую истерику.

Что делать?

Здесь мы подошли к вопросу важности и неважности поводов для капризов. Для кризиса трех лет, это ключевой вопрос.

– Сейчас я помою твою чашку, и ты попьешь.

– Не надо!

– Но она же грязная.

– Не надо мыть! Я хочу из грязной!

– Нельзя из грязной...

– Хочууууууу!

Встает вопрос: какие из претензий «нехочушек» на самостоятельные решения могут быть удовлетворены, а какие нет? Так ли важен, например, цвет носков? Что страшного случится, если ребенок ходит в разных? Угрожает ли это его безопасности? Здоровью? Отношению к другим людям? Если нет и вы достаточно свободны, чтобы не бояться мнения окружающих, дайте ему попробовать. Вы избежите капризов (а может быть, и добьетесь согласия на два одинаковых носка, такое случается, если не препятствовать свободе принятия решений), а малыш почувствует, к чему его решение ведет. Что скажут другие дети в детском саду или на детской площадке о его наряде? Как отнесется к этому воспитательница? Как он сам будет себя чувствовать?

Конечно, вы должны быть ему надежным тылом и поддерживать, даже если кто-то из детей и взрослых станет дразнить его или смеяться. Это с одной стороны. Но с другой, реакция окружающих – такой же момент воспитания и изучения мира, как и свобода принятия решений. Я сам так захотел – я сам вижу, что из этого получилось.

И второй пример: можно ли и нужно ли позволять пить из грязной кружки? Снова задаем себе те же вопросы. Отвечаем и, вероятно, приходим к выводу, что еда из грязных тарелок и питье из грязных чашек вредны для здоровья малыша. Значит, вопрос важный. Надо как-то по-другому выходить из положения.

– Не хочу! Не мой!

– Хочешь сам помыть? Или возьмем другую?

Один из вариантов – привлечь бунтаря к тому делу, против которого он протестует. Пусть совершит манипуляции сам. Вода, бегущая из крана, «взрослое» занятие, выбор другой чашки вполне возможно помогут избежать слез и криков.

– Не хочу! Не мой!

– Но, если я не помою, в чашке останутся жить микробы.

– Кто такие микробы?

История о том, к чему приводит его «не хочу» – прекрасное средство для решения важных вопросов. Рассмотрим пыль, грязь или что там еще есть на посуде, выясним, кто там может скрываться и что этот «кто-то» будет вытворять в животике, если посуду не мыть. В этом случае важно довести мораль истории до практики, то есть ни под каким предлогом не давать пить из грязной чашки (иначе, если версия вредных микробов в животике, от которых он болит, тут же не подтвердится, придется воевать за чистую посуду и дальше).



## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.