

**Консультация для родителей на тему:
«Я – сам! Хочу! Могу! И буду!»**

Выполнила: Чепурко Е.Н.

Причина упрямства в возрасте «Я сам».

В возрасте 2-3-х лет малыш начинает осознавать собственное «Я». До этого он не понимал граней между собой, мамой, папой, окружающим миром, не воспринимал себя, как личность. Весь мир был единым целым, мама авторитетом, за которым нужно было повторять все. Мило улыбаться в ответ на улыбку, молча одеваться, выполнять просьбы и так далее. И вот малыш начинает понимать, что он такая же личность, как и другие, что можно быть самостоятельным, принимать собственные решения, настаивать на своем. И самое главное, в этом возрасте ребенок пытается понять, насколько можно требовать и проявлять это самое «Я». Границы дозволенного формируются именно в возрасте 2-3 лет (у некоторых детей и начиная с полутора лет). И главное для родителей, с любовью и пониманием не поддаваться на манипуляции малыша, дать понять, что он может делать сам, что нет, где родители могут пойти на компромисс, а где есть четкие законы, которым нельзя перечить. Подобные манипуляции в вопросе выбора еды мы разбирали здесь. Порой кажется, что эта проверка на прочность родителей и у ребенка только одно большое желание – вывести маму и папу из себя! Как нам с мужем знакомо это ощущение! На самом же деле своими истериками, упрямыми «не хочу, не буду» малыш пытается понять, что ему можно, а что нельзя. Все проходит и этот период в жизни ребенка пройдет. Главное, чтобы прошел он более-менее спокойно, как для родителей, так и для малыша, и чтобы каждый вынес только положительный опыт и правильные знания.

«Я сам, я не хочу», что делать родителям? Одним из проявлений самостоятельности в кризисе двухлетнего возраста является фраза «Я сам». Ребенок хочет кушать, одеваться, рисовать, играть и делать другие вещи самостоятельно.

Правило № 1: не стоит ущемлять права ребенка на самостоятельность, наоборот приветствовать его самостоятельность и ждать, когда малыш сам попросит о помощи. Любая фраза наперекор чревата истерикой, а может молчанием и надутыми губками, плачем или агрессией. Ребенку лучше в атмосфере спокойствия учиться справляться с элементарными вещами самостоятельно, нежели спорить с мамой, кто будет его одевать и так далее. Если малыш хочет надеть другую майку или штанишки и это не принципиально в данной ситуации, уступите, ведь у него тоже есть свой вкус! Конечно, отправляться гулять зимой без куртки не вариант, здесь ребенок должен понять, что он может простудиться и заболеть.

Поэтому **правило № 2:** разговаривайте со своим ребенком. Объясняйте почему нужно поступать так, а не иначе. Слушайте, что говорит Вам ребенок, и четко формулируйте правильную позицию, учитывая свои эмоции, а также

пожелания малыша и его чувства. «Я понимаю, ты устал и не хочешь убирать игрушки, но...».

Правило № 3: играйте с ребенком. Никто не любит, когда им командуют. Так с чего Вы взяли, что ваши дочка или сынок будут послушно выполнять все Ваши требования. Чувство противления или протеста – великая вещь, в любом возрасте! И для детей единственно правильным средством для борьбы с ним является игра. Дети ведь любят играть. Дочка не хочет мыть ручки. Предложите ей побыть мамой для одной из своих кукол и пойти помыть ей ручки. В ходе процесса малышка забудет, против чего выступала и за компанию со своей куклой вымоет и свои ручки. Сынок не хочет спать? Поиграйте в игру, кто дольше пролежит с закрытыми глазами. Придумывайте свои игры и ритуалы. Дети – это некая муза для развития творчества родителей! Играйте, и тогда будет весело всей семье!

Правило № 4: будьте последовательны. Нельзя один день разрешать делать ребенку какие-то вещи, а потом начать запрещать. Малыш не поймет, почему вчера было можно, а сегодня уже нельзя. Либо Вы запрещаете что-то делать, либо разрешаете в любой ситуации.

Правило № 5: сдерживайте негативные эмоции. Маленькие дети очень чувствительны, они ощущают на себе гневные взгляды, недовольство, раздражение намного лучше взрослых. И тут же у них возникает ответная защитная реакция. Даже если Вы недовольны поступком ребенка, скажите ему об этом спокойно, без лишних эмоций, будьте уравновешены. Спокойные родители – спокойные дети.

И наконец, последнее **правило № 6:** будьте друзьями и будьте равными. Золотое правило психологов: Ваш ребенок – суверенная личность и имеет равные с вами права, но не большие! Объясняя ребенку что-то, разговаривая с ним, смотрите в глаза, будьте с ним наравне и разговаривайте, как с другом, понимающим и имеющим свое «Я».

Если истерика началась ...

Несколько слов о том, что же делать, если объяснения не помогают, игры не увлекают и ребенок все-таки не сдержал своих эмоций и начал истерику.

В переходном возрасте отвлечь на что-то другое уже не получится, если и получится, то на короткое время. А потом малыш вновь станет настаивать на своих требованиях. Долго объяснять что-то во время криков и плача тоже не нужно, ребенок не способен в это время усваивать такую информацию. Лучший способ кратко аргументировать свои доводы, почему ребенок не получит то, что требует и оставить его одного. Как правило, все истерики рассчитаны на публику и в ее отсутствие быстро прекращаются. А уже с успокоившимся ребенком можно поговорить, объяснить свою позицию более подробно. Но конечно после «обнимашек» и проявлений любви. В любой ситуации малыш должен знать и чувствовать, что его любят, тогда он будет открыт для разговора с Вами. Объясните сыночку или дочке, что Вы не любите их упрямство, плохое поведение, капризы, но ребенка Вы любите, не смотря ни на что! И обсудите произошедшее, когда все страсти окончательно утихнут.

И еще важно понимать, что политика в семье должна быть одинаковой. То есть все без исключения, мама и папа, бабушка дедушка и другие родственники, должны одинаково реагировать на истерику ребенка. Никаких поблажек и удовлетворения требований, особенно достигаемых таким путем. Иначе малыш привыкнет достигать своих целей с помощью истерик постоянно.