



Е. Кирилловская

**365 советов по развитию и
воспитанию ребенка от 1 до 3 лет**

«Книжкин Дом»

2008

Кирилловская Е.

365 советов по развитию и воспитанию ребенка от 1 до 3 лет /
Е. Кирилловская — «Книжкин Дом», 2008

Вашей радости не было предела, когда малыш сделал свои первые неуверенные шаги, но сейчас вы начинаете понимать, что впереди вас ждут не только новые открытия, но и новые беспокойства. У вас уже иссякло воображение в попытках придумать что-нибудь, чтобы его развлечь? Он регулярно устраивает «концерты», а вы не знаете, как направить его энергию в мирное русло? Как воспитывать? К чему быть готовым? О чем нужно знать, чтобы ваш малыш рос здоровым, крепким и жизнерадостным? Ответить на эти и многие другие вопросы вам поможет книга «365 способов выжить с ребенком от 1 до 3 лет»

Содержание

Вместо предисловия	6
РАЗВИТИЕ МАЛЫША	7
1. Маленькое беззубое чудо	8
2. Развитие двигательной активности: 12–18 месяцев	9
3. Развитие речи: от 12 до 18 месяцев	10
4. Спутанная, нечеткая речь: 12–18 месяцев	11
5. Социальное развитие: 12–18 месяцев	12
6. Прощаемся с бутылочкой	13
7. Развитие речи: от 18 до 24 месяцев	14
8. Развитие двигательной активности: от 18 до 24 месяцев	15
9. Прощаемся с соской	16
10. Развитие двигательной активности от 2 до 3 лет	17
11. Карабкаемся наверх	18
12. Если ребенок не говорит	19
13. Проблемы с речью	20
14. Заикание?!	21
15. Исследуем мир	22
16. Взросление малыша	23
ПЕРВЫЕ ШАГИ	24
17. Первые шаги: падения и ушибы	25
18. Когда малыш не торопится делать первые шаги	26
19. Правильная обувь	27
20. Ручки-ножки	28
ПОВЕДЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ МАЛЫША	29
21. Нет, сейчас!	30
22. Понимаешь «Нет»? – «Нет, еще нет»	31
23. «Нет» значит «Я не знаю!»	32
24. «Нет» значит «Нет!»	33
25. Десять различных способов сказать «нет»	34
26. Не ворчи на меня, мама!	35
27. Если малыш кусает и хватает	36
28. Воображаемые друзья	37
29. Воспитательный момент 1	38
30. Воспитательный момент 2	39
31. Как разговаривать с малышом	40
32. Маленький домашний вредитель	41
33. Поза «шутки в сторону»	42
34. Плохие слова	43
35. Мое!!!	44
36. Зарабатываем баллы	45
37. Чей сегодня пульт?	46
38. Играем по очереди	47
39. Выбираем друзей для игр	48
40. Учим делиться, или как не быть жадиной	49
41. Обучаем малыша хорошим манерам	50
42. Творим добро	51

43. Комплексы	52
44. Гендерный вопрос	53
45. Волшебный лейкопластырь	54
46. Когда можно нарушать правила	55
47. Неожиданный поворот	56
48. Mamочка, не уходи!	57
49. Как не выйти из себя?	58
50. Дисциплина требует дисциплины	59
51. Дисциплина: есть альтернативы?!	60
52. Своевременная похвала	61
53. Сомнения и дисциплина	62
54. Дисциплина и последствия	63
55. Дисциплина и чувства	64
56. Дисциплина: шлепать или не шлепать?	65
57. Дисциплина: тайм-аут	66
58. Дисциплина: потеря привилегий	67
59. Угощение от незнакомца	68
60. Семейные правила	69
61. Что такое хорошо, а что такое плохо...	70
62. Исключение из правил	71
63. Застенчивость	72
64. «Я ненавижу тебя!»	73
65. Читаем между строк	74
66. Как пережить плохой день	75
67. Признаем свои ошибки	76
68. Единый родительский фронт	77
69. Измерение гиперактивности	78
70. Детский «стриптиз»	79
71. Мастурбация	80
72. День независимости	81
73. Модные штучки!	82
74. Что надеть?	83
75. Хочу на ручки!	84
76. Маленький нытик	85
77. «Я слышу тебя»	86
78. Копуша	87
79. Предупреждаем «бурю»	88
80. Испытание на прочность	89
81. Уступить или настоять на своем?	90
82. Грубый ребенок?!	91
83. Приступ гнева	92
84. Учим малыша вести себя на улице	93
85. Летящие вещи	94
86. Сладкая награда	95
Конец ознакомительного фрагмента.	96

Е. Кирилловская, Т. Яновская

365 советов по развитию и воспитанию ребенка от 1 до 3 лет

Вместо предисловия

Прошел, пролетел целый год, ваш малыш подрос и окреп. Это чудо/ ангел/исчадие ада (актуальное в данный момент подчеркнуть) занимает все ваше свободное время и все ваши мысли. Активно исследуя этот мир, он доставляет вам не только радость, но также и массу хлопот. Безусловно, любовь – главный помощник в воспитании детей, а интуиция должна подсказывать, что именно подходит для вашего малыша. В этой книге вы не найдете точных рецептов, да их и не существует, но, хочется надеяться, что некоторые идеи покажутся вам полезными, развеют ваши сомнения, помогут преодолеть трудности. В этой книге вы найдете советы мам и пап со стажем, ученых мужей, знакомых с теорией и практикой не понаслышке.

РАЗВИТИЕ МАЛЫША



1. Маленькое беззубое чудо

Вы с нетерпением ждете, что к первому дню рождения малыша у него начнут прорезаться зубки. Но это происходит далеко не всегда. «Что же делать?» – волнуетесь вы. Да в общем-то, ничего делать не нужно, кроме как терпеливо ждать. Первые передние зубки, которые появляются сверху и внизу, помогают разрывать пищу, но не пережевывать. А твердые десны с наметившимися на поверхности зубками вполне справляются с этой задачей. К тому же годовалый малыш еще просто не знает, что твердые продукты, например, яблоко нужно кусать, поэтому вам в любом случае придется его измельчить. Если к 15 месяцам так и не появился ни один зубик, нужно проконсультироваться с детским зубным врачом, чтобы исключить патологию формирования зубов у вашего малыша. (Таких случаев буквально один на миллион, так что не спешите паниковать.)

2. Развитие двигательной активности: 12–18 месяцев

Достигая этого возраста, ребенок начинает ходить, на этом этапе развитие двигательной активности быстро прогрессирует. Научившись ходить, ему уже интересней бегать. Ползание не входит в его планы, так как он уже знает другие способы передвижения. Не забудьте запечатлеть на видео этот исторический момент. Теперь, когда малыш уже может ходить и бегать, перед ним открывается новый рубеж – ступеньки. Детям обычно легче научиться спускаться, чем подниматься, но к 18–22 месяцам они полностью овладевают и этим навыком.

Мелкая моторика развивается в течение длительного времени, в результате чего ребенок овладевает письмом, учится бросать и ловить предметы, управлять джойстиком в компьютерной игре. А пока что координация сводится к простому навыку держания в руках мела, чтобы нарисовать какую-нибудь абстрактную фигуру на листке бумаге.

3. Развитие речи: от 12 до 18 месяцев

Первое слово, произнесенное малышом, помимо односложных «ма» и «ба», останется в вашей памяти навсегда. За первым драгоценным словом следует второе, и, глядишь, их уже десять, затем двадцать. Имея в запасе около 30–40 слов, малыш начинает их связывать в отдельные фразы: (которые, возможно, кажутся ему одним словом) «не буду», «спасибо», «не хочу». В этом проявляются экспрессивные речевые достижения. Рецептивные же языковые навыки достигают в этот момент более высокого уровня. Проще говоря, ребенок понимает гораздо больше, чем может сказать. Это хорошо знакомо тем, кто когда-то пытался выучить иностранный язык: понять намного легче, чем повторить фразу или правильно на нее отреагировать. Таким образом, в этом возрасте ребенок говорит несколько слов, понимает и демонстрирует свое понимание несложных просьб, таких как: «Дай мне мячик», «Покажи, где твой носик» и т. д.

4. Спутанная, нечеткая речь: 12–18 месяцев

Для многих семей вопрос о первых словах малыша вызывает некоторую тревогу и смятение. Если к 13–14 месяцам родители не слышат ни одного членораздельного слова, возникают мысли: «А нормально ли это?», «Все ли в порядке с ребенком?». Многие дети к 12 месяцам, помимо слов «мама» и «папа», говорят еще какое-нибудь слово, но чтобы говорить больше слов, 90 процентам детей требуется до 21 месяца.

Чаще всего появляется некоторый микс четкой и нечеткой речи. Детям просто нравится экспериментировать со звуками, и им не важно какое слово получается в итоге. Однако если большинство слов, которые малыш пытается сказать, звучат спутано и нечетко, возможны два варианта проблемы: рот (артикуляция) и горло (вокализация). В обоих случаях требуется консультация нескольких специалистов: логопеда, ЛОР-врача, педиатра, занимающегося патологией детского развития, невролога.

5. Социальное развитие: 12–18 месяцев

Совмещая свои моторно-двигательные и языковые навыки, малыши пытаются их применить на площадке со сверстниками и родителями. Поэтому социальное развитие обусловлено проявлением личности вашего ребенка в условиях, когда в его распоряжении есть необходимые инструменты общения. Спокойный, тихий ребенок использует эти навыки в новых ситуациях общения с незнакомыми детьми. Шумный, беспокойный ребенок ни минуты не сидит на месте, хватается чужие вещи, ломает игрушки других детей. Некоторые дети легко адаптируются к новой обстановке, к общению с воспитателями, учителями, родителями своих сверстников, в то время как другие дети «держатся за мамину юбку». Другими словами, социальное развитие малышей довольно индивидуально и непредсказуемо, при этом каждому малышу необходимо ощущение полной защищенности.

6. Прощаемся с бутылочкой

Как только малыш научится пить из чашки, избавляйтесь от всех бутылочек раз и навсегда. Купите разные детские чашки с дырочками в крышках. Лучше потерпеть слезы и вспышки гнева по этому поводу в 13–14 месяцев, чем в два года. После первого дня рождения аппетит вашей крохи заметно снизится, поэтому пить она тоже не будет так часто. Специалисты утверждают, что питье из бутылочки может быть источником проблем, таких как воспаление уха (от того, что ребенок пьет лежа), диарея и даже кариес.

Если он будет требовать бутылочку, скажите, что ее ночью забрал чужой дядя. А выбор новых чашек может оказаться веселым занятием.

7. Развитие речи: от 18 до 24 месяцев

В этот период малыша уже могут понимать не только его собственные родители. Он уже может сказать, чего хочет, используя для этого одно или пару слов. Его словарный запас, включающий от 50 до 100 слов, продолжает расти. Вам не раз придется испытать смущение, когда ваше чадо при людях громко скажет о том, что хочет в туалет, называя при этом все своими именами.

С другой стороны, он все еще понимает гораздо больше, чем может высказать. Теперь ему понятна последовательность ваших указаний: «прекрати это делать», «положи это на место». Будет ли он их выполнять, это уже другой вопрос.

8. Развитие двигательной активности: от 18 до 24 месяцев

После 18 месяцев вы, возможно, перестанете обращать внимание на общее развитие двигательных навыков малыша, которое все еще находится на стадии прогресса. Умение прыгать и при этом не падать становится новым достижением. Теперь малыш может подпрыгнуть и дотянуться до игрушки, ему доставляет большое удовольствие забраться на диван и прыгать на нем, как на батуте. Теперь он не просто бросает предметы, но и ловит их с меткостью вратаря.

Это самое время для овладения *полезными* навыками. Теперь ребенок учится самостоятельно одеваться, мыться и чистить зубы (помогайте ему это делать на первых порах, если хотите избежать частых походов к стоматологу впоследствии). Малыш уже собирает пазл и уверенно орудует мелкими маркерами. Рисование в этом возрасте у большинства детей сводится к банальным каракулям, но время, когда малыш начнет выводить на бумаге узнаваемые предметы, не за горами.

9. Прощаемся с соской

В принципе, нет ничего страшного в том, что двухлетний малыш продолжает ходить с соской. Но и хорошего в этом тоже мало. Когда-то ведь нужно от соски отвыкать, и лучше раньше, чем позже, иначе неизбежны проблемы с изменением прикуса и психологическое привыкание (чуть ли не до школьного возраста). Отказ от соски дает малышу понять, что он больше не младенец.

Более того, торчащая во рту соска не дает ребенку выразить то, что он хочет сказать. Родителям, естественно, его тоже понять непросто. Если вы чувствуете, что соска действительно мешает языковому развитию ребенка, его нужно отучать от нее как можно скорее. Для начала ограничьте время, когда он может сосать пустышку дома. Конечно, проще дать ему пустышку, когда он сонный, голоден или плохо себя ведет. Старайтесь этого не делать, иначе малыш не отвыкнет от соски никогда, считая, что в трудное время он всегда может на нее рассчитывать.

10. Развитие двигательной активности от 2 до 3 лет

Как же летит время! Момент, когда вы с замиранием сердца смотрели, как малыш делает свой первый в жизни самостоятельный шаг, кажется таким далеким. Очень скоро, возможно, вы отдадите его в детскую спортивную школу. Мелкая моторика развивается с магической скоростью. Круг – самая первая «картинка», которая получается у малыша. К трем годам на вас из альбома уже смотрит рожица, у которой есть глазки, ротик, носик, ушки и прическа «ежиком». В этом возрасте можно считать достижением умение самостоятельно одеться, застегивание пуговиц получается обычно годам к четырем. Однако не следует ждать чудес. Ученые до сих пор гадают о том, почему навык складывать игрушки по местам формируется позже всего вышеперечисленного.

11. Карабкаемся наверх

Почему ваш малыш ставит табуретки или другие предметы под ноги? Чтобы посмотреть, что хранится на верхних полках. По той же самой причине альпинист покоряет Эльбрус: просто потому, что он есть. Преодоление высоты – это инстинктивный моторно-двигательный навык. В общем-то, лучше разрешить ребенку взбираться наверх под вашим присмотром, чем запретить из боязни, что в ваше отсутствие он что-нибудь разобьет или поранится. Здесь придется немножко схитрить: хорошенько поискать и затем убрать то, что можно использовать в качестве подставки, или же убрать потенциально опасные предметы на верхних полках, которые могут свалиться и разбиться. Не исключено, что ребенок подойдет к вопросу креативно, соорудив себе еще специальную лесенку из имеющихся в наличии вещей. И вам снова придется провести небольшую инспекцию и изъять подходящие для этого предметы. Но есть в этом и нечто позитивное: стремление взбираться наверх развивает двигательные навыки и креативность мышления.

12. Если ребенок не говорит

Некоторые дети предпочитают молчать. И это тоже вариант нормы. У вашего малыша могут быть хорошо сформированы навыки восприятия, так как он понимает вас и выполняет то, о чем вы его просите. Ребенок прекрасно слышит, но почему-то не говорит. Довольно часто встречающаяся проблема, которая беспокоит многих родителей. Однако дети, начавшие говорить поздно, в итоге полностью догоняют своих сверстников, и уже к 3–4 годам между ними нет никакой разницы. Иногда такие дети продолжают молчать среди своих друзей, приберегая весь свой запас слов для дома.

Не лишним будет периодически консультироваться с логопедом, пока малыш не заговорит наравне со своими сверстниками.

13. Проблемы с речью

В возрасте полутора-двух лет устное сообщение ребенка, как правило, понятно только его маме и папе. Между 2–2,5 годами уже практически все взрослые должны разбирать, что говорит ваш малыш. Если в этом возрасте даже мама и папа не уверены, что он говорит, ситуация требует оценки и экспертного мнения.

Некоторые дети в этом возрасте тихие и избегают говорить. Оказывается, что у большинства таких детей действительно проблема с речью, но эта ситуация заслуживает оценки и, возможно, поведенческой терапии. Ребенок, который не способен следовать инструкциям или выполнять команды в 2,5 года, нуждается в оценке его речи и языка специалистом. У детей, которые шепелявят или заменяют согласные неуместным образом, возможно, трудности с произнесением ряда звуков. Таким детям нужна помощь логопеда.

14. Заикание?!

Где-то в возрасте 2–2,5 года случаются странные трудности даже в самой четкой речи малышей. Обычно уверенно выражающийся ребенок начинает сомневаться и спотыкаться на самых простых предложениях. Что происходит? Это заикание или задержка речи? Вполне вероятно, что ни то ни другое. Просто некоторые дети не решаются закончить мысль или назвать предмет. Это начинается как редкое явление, но затем становится все более распространенным в течение следующих нескольких недель.

В основном такое заикание проходит также постепенно, как и появилось. Это просто указывает на то, что сознание ребенка обгоняет его речь, и ваш малыш еще не научился синхронизировать эти процессы.

Если проблема перерастает в самонеудовлетворенность или усугубляется из-за неспособности получить понимание со стороны других, стоит посетить врача или логопеда, чтобы он послушал вашего малыша. Полезный союзник, готовый помочь вам реально оценить ситуацию, – это воспитатель детского сада. Он очень точно может отличить реальные проблемы от переходных периодов.

15. Исследуем мир

Годовалый ребенок – страстный исследователь. Он лезет в каждую дырку, засовывает пальчики во все щели, трясет все, что не прибито наглухо, вытаскивает книги из книжного шкафа, вскарабкивается на все, на что ему удастся, засовывает маленькие предметы в большие, а затем старается засунуть большие предметы в маленькие. Шкаф для обуви или кладовка – для него настоящая *Terra incognita*. «Он всюду сует свой нос», – говорите вы с раздражением. Но только представьте, какой важный период жизни переживает сейчас ваше чадо! Ему совершенно необходимо выяснить размеры, форму и подвижность всех окружающих его вещей. То, что он «всюду сует свой нос», – естественная стадия развития, признак детской смывшенности. Вероятно, вы уже убедились, что, бодрствуя, он ни минуты не желает сидеть на месте. Это происходит не потому, что он нервничает, а потому, что стремится все познать. Подвижность необходима ему для того, чтобы постоянно практиковаться и изучать этот, пока еще маленький, окружающий его мир.

16. Взросление малыша

Как же быстро летит время! Вы не успеете оглянуться, как коляски, памперсы и прочие атрибуты беззаботного детства останутся для вашего малыша в прошлом. В какой же момент вы должны понять, что ваша кроха уже не такая уж и маленькая и требует к себе несколько другого отношения? На самом деле, все очень индивидуально. Наверно, вы задумаетесь об этом, когда первый раз услышите от своей малышки: «Мамочка, давай я тебе помогу», а может быть, когда ее попросит к телефону первая подружка. И тогда, улыбнувшись, вы оглянетесь назад и поймете, что пройден уже большой путь, заложен серьезный фундамент для дальнейшего воспитания своего любимого чада, а самое интересное по-прежнему впереди.

ПЕРВЫЕ ШАГИ



17. Первые шаги: падения и ушибы

В свои первые недели самостоятельного хождения малышу куда больше интересны всевозможные «штучки», которые стоят на полочках и других возвышениях, а не те игрушки, которые он разбросал на полу пять минут назад. Научиться ходить, не падая, невозможно. Естественно, без ушибов и травм дело не обойдется. Однако это не катастрофа, если ваш ребенок упал. Когда малыш падает, не надо громкими возгласами и жестами демонстрировать страх – дети восприимчивы, он это запомнит и будет бояться ходить. Упавшего ребенка надо поднять, осмотреть нет ли повреждений, успокоить, если плачет, разговаривать спокойно и ласково. Не нужно придавать падениям больше значения, чем придает им сам ребенок.

18. Когда малыш не торопится делать первые шаги

К тринадцати месяцам ребенок должен уверенно стоять на ножках. Но уже прошел четырнадцатый, а он и не собирается этого делать. Нужно ли беспокоиться? Некоторые дети поздно начинают ходить, и это может быть связано с наследственностью: кто-то из родителей, вероятно, также не спешил сделать свои первые шаги. Отсрочить долгожданный момент может и негативный опыт, — очевидно, малыш сильно ушибся, когда в первый раз рискнул отпустить мамину руку. В таком случае он может не делать повторных попыток, пока не научится уверенно держать равновесие. Ребенок должен развиваться собственными темпами. Первые шаги ребенка, который перенес воспаление среднего уха, грипп или какое-либо другое заболевание, могут быть отложены до той поры, пока он не почувствует себя лучше. Хотя многие совершенно нормальные и даже крайне одаренные дети не ходят вплоть до 2,5 лет. Но все-таки если малыш не сделал первых шагов до 18 месяцев, его должен осмотреть доктор, чтобы выявить наличие физических или эмоциональных факторов, мешающих ходьбе. Даже в таком возрасте, не говоря уже про 13 месяцев, ребенок, не начавший ходить, — это не причина для беспокойства.

19. Правильная обувь

Правильно подобранная обувь – залог здоровья малыша. Если она подобрана плохо, это может негативно сказываться и на психологическом настрое малыша. Ребенок раздражается, быстро устает и капризничает, а родители... Родители не подозревают, что виной всему неудобные ботиночки! Новая обувь не должна жать и давить, одновременно плохо, если она слишком свободна. Не стоит покупать обувь на вырост. Размер ноги у детей меняется скачками, и велика вероятность «проскочить» размер.

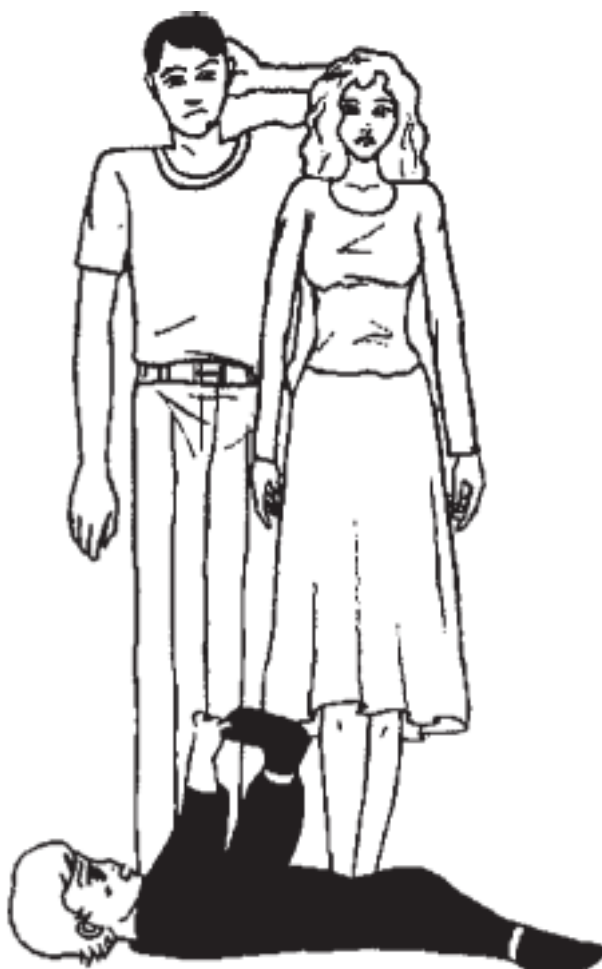
Подбирая обувь для малыша, помните:

- Ботинок должен легко сгибаться у основания большого пальца. Верх и боковая часть тоже должны легко прогибаться.
- Задник должен быть твердым и лучше высоким. Проверить твердость задника нужно сжав его большим и указательным пальцем.
- На обуви должен быть небольшой каблучок (0,5–1,5 см).
- Материалы должны быть натуральными. На ботинках должен быть супинатор (выпуклая подушечка на внутренней стороне подошвы).
- Летнюю обувь лучше покупать с прорезями для вентиляции, кроме того, будет видно, как расположены внутри пальчики и когда сандалики становятся малы.
- Не покупайте обувь «на вырост». Расстояние от самого выпирающего пальца ноги до носка ботинка не должно превышать 1 см.
- Обувь с липучками удобнее, так как ее можно быстрее снять и надеть. Но считается, что обувь со шнурками лучше держит ножку.
- Желательно не экономить на обуви, хотя ребенок очень быстро из нее «вырастает» (примерно через каждые три месяца).

20. Ручки-ножки

Периодически ваш малыш может жаловаться, что у него болит ручка или ножка. Довольно редко такие боли являются симптомом какого-то серьезного заболевания. Скорее всего, если нет температуры, но есть припухлость и боль локализована в одном месте, это ушиб или перелом. Бить тревогу нужно, если боль сопровождается жаром – это может быть сигналом инфекции костной ткани или сустава. И то и другое очень серьезно, поэтому нужно немедленно провести медицинское обследование. Если температуры нет, а травмы вы не помните, все же проконсультируйтесь с доктором, в беседе с которым, возможно, «всплывут» в памяти мелкие ушибы и падения, объясняющие ситуацию. Часто бывает, что малыш падает, вскакивает и тут же бежит дальше. Но взволнованная мама хватается за него в охапку: «Ушибся? Очень больно? А коленку не разбил? Я же тебе сто раз говорила: не бегай, упадешь, ручку или ножку сломаешь!». Лицо у мамы испуганное, голос дрожит... И ребенок начинает плакать – не от боли, а от страха. Он боится, потому что боится мама.

ПОВЕДЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ МАЛЫША



21. Нет, сейчас!

Нервная система родителей подвергается серьезному испытанию, когда вдруг ребенок начинает истошно вопить: «Нет, хочу сейчас!». Естественно, проще пойти у него на поводу, но тогда вы рискуете приучить малыша к подобным способам достижения цели. Он увидел мороженое в киоске и тут же заявил о своем желании. Попробуйте отвлечь его внимание на себя и объяснить, что «не сейчас» – значит «возможно, позже». Скажите ему: «Если будешь вести себя хорошо до обеда, то получишь мороженое» или «Если попросишь нормальным тоном, то мое «нет» изменится на «да».

Но если «нет» – все-таки «нет», скажите твердо и ясно: «Невозможно всегда получать то, что хочешь», «У нас сейчас нет на это денег», «Эта игра для более старшего возраста» или «Мы только что пообедали и не пойдем в Макдональдс».

22. Понимаешь «Нет»? – «Нет, еще нет»

Усвоить значит действительно понять что-то левым полушарием, что ваше правое полушарие принимает за правду. Ваш малыш от года до полутора лет сталкивается с этим процессом, когда получает представление о том, что такое «нет». Он знает, что значит это «нет», но еще не усвоил его истинного значения. Как пленник своих порывов, он знает, что, если он швырнет танк, это обернется для него неприятностью или что, если он разольет литр молока, это станет для него еще большей проблемой. Вроде бы он знает, что мама всегда говорит «нет» каждый раз, когда он пытается перевернуть вверх дном какой-нибудь сосуд, который не должен быть перевернутым. Но осознание этого факта длится пятнадцать секунд, до того как кора головного мозга велит рукам: «Да! Сделай это сейчас!»

Со временем он научится синхронизировать работу полушарий головного мозга, отвечающих за импульсивность и контроль. А до этого момента сохраняйте спокойствие. Не злитесь на него, не выходите из себя и не беспокойтесь. Ребенок справится с этим постепенно.

23. «Нет» значит «Я не знаю!»

- «Хочешь пойти на детскую площадку?»
- «Нет!»
- «Но тебе нравится детская площадка!»
- «НЕТ!»
- «Хорошо, мы останемся здесь и поиграем».
- «НЕТ! НЕТ! НЕТ!»

Если вам знакома такая ситуация, то вы, возможно, уже обнаружили, что «нет» не значит автоматически «нет». Оно значит «Сейчас я собираюсь побыть немного главным». Иногда, предложив пару альтернативных вариантов, вы сможете получить «да»: «Мы можем пойти на детскую площадку или в парк» – «Хочу на детскую площадку!» (Да, вы знаете, что детская площадка – это парк, но он думает, что у него есть выбор!)

А иногда стоит сделать игру из этого «нет»: «Каждый раз, когда ты говоришь «нет», я буду тебя целовать». Это не гарантирует получения быстрого результата, но вы уж точно будете довольны проведенным вместе днем гораздо больше чем обычно.

24. «Нет» значит «Нет!»

Даже если его «нет» в действительности не значит «нет», иногда ребенок должен будет отказаться от положения диктатора в вашу пользу. Если он не голоден ко времени обеда, он все равно проголодается рано или поздно. Если он хочет идти пешком, а не чтобы его везли в коляске, пусть так и будет. Разрешите ему толкать коляску, и через несколько минут он снова заберется в нее. Сознательно идите на уступки – это приучит его к ответственности. Он хочет пить из «взрослого» стакана, то есть из стакана без крышки, рискуя пролить сок на пол? Дайте ему понять, что это вполне осуществимо, но только на ограниченном пространстве, например, на кухне. Однако согласившись удовлетворить желание ребенка, потом не жалуйтесь и не ворчите, если вам вдруг придется за ним убирать.

Малыш не хочет надевать одежду, которую вы выбрали? Без проблем! Пусть он выбирает, но предупредите его, что он рискует пропустить или опоздать на фильм, который вы планировали посмотреть, если будет выбирать слишком долго.

25. Десять различных способов сказать «нет»

О, как же сильно может поизноситься «нет», особенно после многократного употребления в течение дня. Изо дня в день: «Я сказала тебе раз «нет», я сказала тебе сотню раз «нет»!». Пожалуйста, приложите все усилия, чтобы не превратиться в гарпию. Попробуйте следующие вариации на тему «Нет»:

1. «Ну же, давай еще пол кружечки, и ты мой кумир!»
 2. «Только если ты сначала съешь кашу...»
 3. «Если она тебе так нравится, мы поиграем с ней позже, когда я смогу посмотреть и убедиться, что она не сломается»
 4. «Помнишь камень? Что случилось на площадке? Тогда мы узнали, что значит «больно»!»
 5. «Горячо! ГОРЯЧО!»
 6. «Ты повеселишься еще больше и получишь намного больше удовольствия после того, как отдохнешь». Обратите внимание: необходимо благоразумно избегать использования слова «сон»
 7. «Звонил президент и сказал, что ОН хочет поиграть с этой игрушкой сейчас»
 8. «Если ты это сделаешь, медвежонок попрощается с тобой навсегда!»
 9. «Собачка уже лизнула эту конфетку, поэтому здесь могут быть опасные микробы»
 10. «Да» (это сработает только в тот день, когда «нет» значит «да», а «да» значит «нет»)
- А теперь придумайте несколько своих собственных вариантов ...

26. Не ворчи на меня, мама!

Самый ужасный саморазоблачающий момент – это когда вы слышите себя и понимаете, что говорите совсем, как ваши родители. Вот самые распространенные высказывания, которые заставят вас сжаться от ужаса:

- «Ты никогда/всегда [здесь указать нежелательное поведение]»
- «Когда я была в твоём возрасте...»
- «Хватит смотреть телевизор!»
- «Я уже говорила тебе [вставьте нужное число] раз!» Попробуйте вместо них использовать

эти неворчливые варианты:

- «Это недопустимое поведение»
- «Мама не хочет, чтобы ты поранился»
- «Теперь нам придется отказаться от [...]. Мне жаль, у тебя был шанс»

В будущем через много лет, когда ваша дочь будет вести вашу дорогую, любимую внучку или внука в детский сад, она будет «звучать» точно так же, как ее родители – только в более выигрышном исполнении.

27. Если малыш кусает и хватает

Интересное явление наблюдается в поведении годовалого малыша. Поначалу не специально, пытаясь поймать равновесие, он тянет маму за волосы. В ответ слышит вскрикивание от боли. С удивлением замечает такую же реакцию и у маленького ребенка, если его потянуть за волосы. Неужели все так странно кричат? Начинаясь совершенно невинно, как простой эксперимент, это переходит в агрессивный прием, которым малыш пользуется каждый раз, когда чем-то недоволен. Таким же образом он учится кусаться. Ни в коем случае нельзя с этим мириться и поощрять. При первом же укусе или хватании за волосы спускайте малыша с рук, отстраняйтесь с недовольным видом. Он быстро устанет от такого воспитательного подхода и найдет себе более безобидное развлечение.

28. Воображаемые друзья

Появление воображаемого друга у ребенка трех лет – это нормальное явление, обусловленное развитием воображения и творческих способностей. Воображаемые друзья бывают разными: игрушка, которую ребенок наделяет человеческими качествами, призрак, призрачный друг, которому малыш требует ставить дополнительный прибор во время еды. В компании фантомного друга интересней играть и легче справляться со своими ежедневными обязанностями. В конце концов, на него можно свалить вину. И он не обидится. «Это Карлсон съел конфеты, а не я!» – говорит ваша дочка. Как себя вести с воображаемым другом вашего ребенка? В какой-то степени можно даже подыграть ребенку: поставить лишний прибор за обедом для его друга, выслушивать все истории и интересоваться самочувствием и делами очередного «Карлсона». Но не следует задействовать воображаемого друга в игре, если ребенок вас об этом сам не попросит. Тем более не нужно привлекать его воображаемого друга, чтобы заставить ребенка одеться или почистить зубы. Очень важно провести границу между фантазией и реальностью – ребенок должен отвечать за свои поступки сам, а не сваливать все на воображаемых друзей: «Вазу, конечно, разбил «Карлсон», но в углу все равно будешь стоять ты!»

29. Воспитательный момент 1

Существует как минимум два способа дать малышу понять, что он плохо себя ведет.

1) На какое-то время прекратить с ним играть и разговаривать, лишить его своего внимания.

2) Провести разъяснительную беседу. Выбрав второй вариант, задайте ребенку соответствующие ситуации вопросы (Что случилось? Разве можно бить других детей и отнимать у них игрушки?). При этом в вашем голосе не должно быть слышно угрозы. Вы же хотите, чтобы ребенок объяснил свои действия и задумался о том, что он неправ, а не просто испугался наказания. После этого заберите игрушку, которую ребенок только что швырял, пусть заслужит ее своим хорошим поведением. Если, играя с другими детьми, ваш ребенок никак не хочет соблюдать очередность, проконтролируйте, чтобы никто не был обижен. О том, как это лучше сделать, читайте дальше.

30. Воспитательный момент 2

Если мирная детская игра плавно переходит в выяснение отношений со слезами и обидами, кто-то из родителей должен вмешаться и разрядить обстановку. В вашем присутствии малыши не будут вести себя так же агрессивно. Возможно, кто-то из них играет нечестно или провоцирует вашего ребенка. Остановите игру и начните ее сначала, не важно кто побеждал, и сколько осталось до завершения. Помогите малышам решить конфликт. Если, например, ваш ребенок порвал чужую книжку, в следующий раз он должен будет принести свою новенькую. Конечно, это потребует от вас большей затраты времени и энергии, чем если вы просто забьете игру и поставите ребенка в угол, лишив его своего внимания.

31. Как разговаривать с малышом

И вот, наконец, настал долгожданный момент, и вы, действительно, можете разговаривать со своим малышом, по-настоящему общаться, а не сюсюкать над колыбелькой. То, что было уместно для младенца, не совсем подходит для полуторогодовалого ребенка. Старайтесь не использовать детские слова типа «бибика», «ням-ням», «пи-пи», иначе речь вашего малыша надолго задержится на этой стадии развития. Ему необходима правильная человеческая речь, естественно, понятная ему. При этом, обращаясь к ребенку, следует четко и ясно произносить отдельные слова и, в свою очередь, добиваться от него внятного произношения. Делайте вид, что не понимаете, если он неразборчиво говорит какое-то слово или неправильно строит предложение. Детей нужно с детства приучать к правильной речи.

32. Маленький домашний вредитель

Еще недавно ваш малыш лежал в коляске, перебирая своими прелестными пухленькими пальчиками разноцветные погремушки. А сегодня, едва научившись ходить, он носится по дому, сметая все на своем пути. Каждый малыш в возрасте до трех лет хоть раз находит способ оставить запоминающийся и дорогостоящий след в доме, разбив, например, старинную вазу или нарисовав каракули на новых обоях нестирающимся маркером. Передвигаются малыши по всей территории квартиры довольно быстро, то и дело оставляя за собой полосу разрушения. Порой мамино плача над разбитой вазой и папиного строгого голоса достаточно, чтобы показать ребенку, что он перешел границу дозволенного. Он клятвенно пообещает, что никогда в жизни больше не будет такого делать, под воздействием эмоций, действительно, искренне так полагая. Ему еще не раз напомнят о проступке на семейных посиделках.

33. Поза «шутки в сторону»

Вы устали кричать и гоняться по всему дому за этим маленьким «чудовищем»? Вспомните об одном секретном оружии. Встаньте пред ним нагнувшись, так чтобы ваши глаза были на одном уровне, посмотрите долгим, пронзительным взглядом. Пускай подождет и задумается о том, что же будет дальше. Прочувствуйте силу молчания. Рано или поздно оно ведь заканчивается, и за ним должно что-то последовать...

Задержитесь в этой позе еще немного (но не очень долго, иначе ребенок снова начнет дурачиться и проверять на твердость ваше желание быть серьезной). Честно говоря, этот бессловесный прием запугивания больше подходит для бандитской разборки, но он вполне справляется с задачей дать ребенку понять, что он зашел слишком далеко.

Как только вы всецело завоевали внимание ребенка, расскажите, в чем заключается его плохое поведение, и какое наказание за ним должно последовать. А затем выполните обещанное наказание.

34. Плохие слова

Использование нецензурной лексики – дурной тон, но иногда вы не в силах сдержать эмоции, и, сами того не замечая, вдруг, произносите слово, за которое своего собственного ребенка точно бы не погладили по головке. Можно себе представить удивление вашего малыша в этот момент. А также ваше удивление, когда он совершенно спокойно произнесет то же самое слово, сидя за семейным столом. Ну что же, придется популярно объяснить, что для таких слов есть свое время и место, но детям нельзя употреблять такие слова ни при каких обстоятельствах, ни среди взрослых, ни среди детей. Нельзя и точка. Эта тема еще будет «всплывать» не один раз в садике и в школе. На каком-то этапе ребенок начнет активно использовать запретные слова в компании друзей, но к тому времени вы научите его чувствовать грань, за которую переходить не нужно.

35. Мое!!!

Как правило, годовалые дети не имеют ни малейшего понятия о правах и чувствах других. Их собственные потребности и желания затмевают все остальное, хотя разница между потребностью и желанием им представляется весьма и весьма неопределенно. Не задумываясь, они выхватывают игрушки из рук других детей, с которыми только что играли на детской площадке. Для них, прежде всего, это возможность усвоить один из законов жизни – причина и следствие. Ребенок догадывается о том, что он делает что-то плохое, но чтобы понять насколько это плохо, он должен что-то повторить еще не один раз. Нужно какое-то время, чтобы осознать четкую взаимосвязь между двумя действиями: «я забрал чужое» и «меня за это ударили». Будьте терпеливы – способность уважать и считаться с чувствами других людей формируется с раннего детства.

36. Зарабатываем баллы

Последние 20 лет авиакомпании заманивают к себе постоянных клиентов с помощью так называемых воздушных миль. При накоплении определенного количества этих самых миль, человек имеет возможность на бесплатный перелет. Этот коммерческий трюк можно применить и в своей семье. Предложите ревнивому первенцу поиграть в игру. Он должен набрать определенное количество баллов, чтобы получить то, что хочет: поход в цирк, покупку очередной игрушки. Баллы даются за хорошее поведение, доброжелательное отношение к младшему брату, помощь. Каждый день напоминайте ему, что осталось всего лишь 10 баллов до большой награды. Любовь к младшему брату таким образом, конечно, не купишь, а вот спокойствие в доме на какое-то время будет вам обеспечено.

37. Чей сегодня пульт?

Ваши дети так же яростно сражаются за дистанционный пульт от телевизора, как Израиль с Палестиной за территорию? На такой случай есть одно правило: тот из детей, кто родился в нечетный день, получает свою очередь по нечетным дням. Если оба родились в нечетный день одного и того же месяца и года, пусть тот, кто родился первым, получает очередь по нечетным дням, а второй – по четным.

38. Играем по очереди

В возрасте до двух лет ребенок ощущает себя как минимум центром вселенной, и когда вы вдруг произносите странную фразу «а теперь моя очередь», ему сложно это понять. Это не эгоизм, просто малышу еще ни разу не приходило в голову, что какая-то вещь может ему вовсе не принадлежать. Как ребенок будет себя вести со сверстниками, во многом зависит от вас, именно вы должны его приучить уступать и делиться. Поэтому с 18 месяцев играйте с ребенком, объясняя ему значение фразы «а теперь моя очередь». Например, сначала вы угощаете куклу чаем, а потом – его очередь, или предлагаете поиграть с игрушкой какое-то определенное время – сначала играет ребенок 3 минуты, потом вы. Понимание не придет за один день, неделю или месяц, для этого потребуется гораздо больше времени.

39. Выбираем друзей для игр

В отличие от младенца, ребенок, начинающий ходить, обычно выбирает среди своих сверстников тех, с кем он хочет играть на площадке. И не всегда этот выбор придется вам по душе. Родителям свойственно придирается к поведению сверстников своего чада: «Юра ведет себя слишком агрессивно», «наш сын скоро станет таким же плаксой, как Вадим», «Гоша постоянно кричит», – говорите и вы. Но противоположности, как известно, притягиваются, даже в таком возрасте. Так что запаситесь терпением и проявляйте уважение к выбору вашего ребенка. Не ограничивая его общение с этими детьми, вы все же можете повлиять на дальнейшее поведение своего ребенка, например, такими словами: «Гоше не следует так кричать в квартире. И тебе, кстати, тоже», «Когда Иван жадничает, это очень некрасиво». Определитесь заранее с родителями другого ребенка, как они хотят, чтобы вы реагировали в подобных случаях.

40. Учим делиться, или как не быть жадной

Ребенку нужно объяснять, что, когда другие дети хотят поиграть с его игрушкой, нельзя жадничать. Или, если он сам играет с чужими вещами, он должен понимать, что с ним делятся, дают на время, но не навсегда. Не рассказывайте ребенку о том, как нужно играть «по очереди» и делиться с другими детками, когда он капризничает, делайте это в спокойной обстановке. Здесь, конечно, неизбежны «загвоздки», потому что ваш малыш, послушав ваши советы, даст игрушку другому ребенку, а тот может ее потерять, сломать или просто выхватить ее из рук, не дожидаясь разрешения.

41. Обучаем малыша хорошим манерам

Дети подражают взрослым, поэтому от вас в первую очередь зависит, как ребенок будет себя вести в обществе. Хорошие манеры должны стать частью вашей повседневной жизни. Поощряйте вежливость у своего малыша, объясняя ему правила этикета. Видя вежливое поведение другого ребенка, можно привести его в пример вашему малышу. Подсказывайте ребенку, когда ему еще не хватает слов. «Какую красивую игрушку принес тебе дядя Миша. Что нужно ему сказать?» Обучайте малыша, как правильно себя вести за столом. Можно устроить небольшое чаепитие и показать, как накрывают стол к чаю и т.д.

42. Творим добро

В ребенке нужно воспитывать стремление быть добрым, помогать тем, кто попал в беду. Добро рождается в каждом отдельно взятом доме. Пусть ваш малыш выберет игрушку, без которой он может обойтись, и подарит ее детям в больнице или детском доме. Когда происходят несчастья – землетрясение, пожар, затопление – самыми необходимыми вещами становятся еда, одежда и одеяла. Поищите вместе вещи, которыми можно было бы поделиться. Старая, потерявшая свой прежний вид одежда снова приобретает актуальность, если сможет согреть того, кто в ней нуждается. Даже если это свитер, подаренный ребенку на прошлое рождество, не жалейте, в конце концов, настоящая благотворительность заключается не в том, чтобы отдать ненужное, а в том, чтобы помочь тем, кому это действительно необходимо.

43. Комплексы

Как известно, комплексы формируются с детства. Чтобы помочь ребенку поверить в свои силы, ни в коем случае не следует без конца повторять ему «у тебя ничего не получается», «ты не можешь», «ты не знаешь». Постоянно указывая ребенку на его недостатки, вы только разовьете в нем комплекс неполноценности. В дальнейшем ваш ребенок может вырасти озлобленным на весь мир или робким, боязливым неудачником.

Постоянно испытываемое чувство неполноценности часто служит препятствием к жизненному успеху; такие люди держатся в тени, считают себя непонятыми. Окружающие представляют их гордецами, относятся с презрением, в то время как такое поведение – всего лишь защитная реакция родом из детства.

44. Гендерный вопрос

Не следует переживать из-за того, что поведение вашего ребенка не совсем вписывается в гендерные рамки. Например, ваша трехлетняя малышка обожает играть с машинками или, нарядившись в пирата, размахивает игрушечным пистолетом. Просто она еще свободна от каких бы то ни было стереотипов. Ни в коем случае не давите на дочку, настаивая, чтобы она вела себя так, как подобает девочке. Будьте уверены, что к тому времени, когда нужно будет идти в первый класс, ребенок уже будет себя четко идентифицировать среди представителей своего пола.

45. Волшебный лейкопластырь

Слегка ударившись, многие малыши начинают реветь во весь голос не столько от боли, сколько от сильного испуга. Если малыш не успокаивается уже 5 минут, постарайтесь отвлечь его внимание. Для этого понадобится детский пластырь с цветными изображениями, а еще лучше – парочка, чтобы предложить ему на выбор. Скажите, что это волшебный пластырь, и как только вы наклеите его к больному месту, все сразу же пройдет. А потом можно сразу продолжить игру, чтобы поскорее стереть из памяти малыша этот неприятный эпизод.

46. Когда можно нарушать правила

Правила есть правила, но на то они и правила, чтобы их нарушать. И разве нет исключений у каждого правила? Даже взрослые знают, что есть. Но когда можно *не опасаясь* разрешить своему дорогому чаду совершить нарушение?

Большинство специалистов обозначат границу в три года. Это возраст, когда многие из правил безопасности, поведения и вежливости достаточно строгие, поэтому редкие послабления не станут угрозой для общей схемы мироздания.

Затем убедитесь, что правила, от которых вы отклоняетесь, адекватны. Это нормально иногда прыгать на кровати или диване, если рядом нет стеклянного стола или хрупкой настольной лампы, которую можно опрокинуть. Еду едят только на кухне, кроме тех случаев, когда ваш малыш действительно заработал легкую закуску перед телевизором. Помните о безопасности и делайте поблажки не слишком часто, тогда вы не окажетесь в конфликте с семейным законом и порядком.

47. Неожиданный поворот

Попробуйте поступить наперекор вашим родительским принципам и логике. В следующий раз, когда ваша маленькая дочка будет кричать и драться с соседской малышкой, пришедшей к вам в гости поиграть, громко скажите: «Я собираюсь пойти вздремнуть, пока вы тут деретесь из-за несчастной игрушки. Увидимся часика через три» или «Что-то я проголодалась, быстренько сообрази мне что-нибудь поесть!». Срабатывает эффект неожиданности, ведь ребенок ждал от вас совсем другого действия. Сказать о том, что она шокирована вашим халатным к ней отношением, она, конечно, не сможет, но это заставит ее остановиться и отвлечь от ссоры.

48. Мамочка, не уходи!

Так же как детки, которые позднее своих сверстников начинают ходить и говорить, есть и те, которым очень трудно «оторваться» от маминой юбки, так сказать, переступить порог полной зависимости. Помогите в этом своему малышу. Уходя, покажите на часах, где будут находиться большая и маленькая стрелки, когда вы вернетесь. Посвящайте какое-то определенное время ребенку, но дайте ему понять, что когда время закончится, вы должны будете заняться своими делами: работой, уборкой, шопингом, обсуждением международного скандала – чем угодно, это ваше право. Ребенок спокойно проведет это время без вас. Но когда вы вернетесь, не удивляйтесь потоку жалоб, теперь-то он может «выпустить пар».

49. Как не выйти из себя?

Современная наука считает, что мозг человека похож на центральное устройство управления, своего рода живой компьютер из фильма будущего. То есть у вас есть ряд кнопочек, и когда их нажимают в определенной последовательности, вы выходите из строя.

Это как раз то, что делает ваш полуторагодовалый малыш, когда продолжает пронзительно кричать и извиваться, в то время, пока вы меняете ему памперс и уже раза три просили его не кричать и не ерзать. Наступает тот момент, когда вы готовы выйти из себя. Вот несколько способов, как этого избежать:

1. Поменяйте памперс и уйдите. Включите диск или видео, чтобы занять внимание ребенка и высвободиться самой до тех пор, пока вы не успокоитесь.
2. Перекусите, если у вас понизился уровень сахара в крови. Сделайте макияж. Послушайте через наушники любимую песню.

Запомните: что бы ни случилось, вы хороший родитель. Вы действительно хороший родитель!

50. Дисциплина требует дисциплины

Самый главный тест для родителей в воспитании детей от 1 до 3 лет – это способность управлять поведением своего ребенка. Точно так же самым большим испытанием для вас как родителей младенца было то, насколько хорошо вы понимаете его плачь.

Самый эффективный дисциплинарный инструмент для вышедшего из-под контроля ребенка – это ваш индивидуальный запас внутренней дисциплины. Ограничения есть ограничения. Вы знаете, что вредно или опасно, а ваши дети нет. Ваше знание – это источник вашей устойчивости, и она требует от вас самодисциплины, чтобы говорить «нет» тому же самому ребенку в той же самой ситуации в десятый, тридцатый или сотый раз, не выходя из себя и не впадая в раздражительность.

Будет велико искушение бросить в сердцах: «Я уже говорила тебе это сотни раз!», но это не приведет вас никуда ни в дальнейшем, ни в ближайшем будущем.

У вас есть причины сказать «нет» в первый раз или в двадцатый. Все, на этом конец разговорам.

51. Дисциплина: есть альтернативы?!

Избегайте сражений за власть – кто сильнее, могущественней. Утверждение «Потому что я так сказала» само по себе не является достаточной причиной для того, чтобы ребенок стал слушать вас.

Пока еще есть время, чтобы избежать надвигающегося боя, используйте *тактику отвлечения внимания*. Вместо того, чтобы сказать ребенку: «Собери свои игрушки», – предложите альтернативу: «Ты уберешь свои игрушки сейчас или после того, как сможешь разобрать продукты?», «Ты можешь съесть салат или яблоко, больше у меня ничего нет перекусить!».

У ребенка будет что обдумать, кроме как напрямую противостоять вашей власти и вашему решению. Он может решить проигнорировать все ваши альтернативы и продолжить заниматься своим делом, как ни в чем не бывало, но, по крайней мере, вы попытались.

Оставьте себе место для маневра. Спросите, хочет ли он убрать игрушки сам, или мама может помочь ему? Это даст ему последний шанс избежать атаки.

52. Своевременная похвала

Противоположностью дисциплине, которая устраняет плохое или нежелательное поведение при помощи наказаний или ограничений, является осыпание похвалами, пение дифирамбов, когда ребенок делает что-то правильно. Мы все виноваты в том, что принимаем как должное маленькие поступки каждодневной доброты, вежливости и уважения вашего ребенка. А ведь всем нам так нравится, когда окружающие дают нам понять, что заметили наши старания, когда нас хвалят. Поэтому пусть ваши ушки и глазки будут открыты, чтобы не упустить те моменты, когда вы можете лишний раз похвалить вашего ребенка: «Ты помогла покормить братика!», «Это было так мило с твоей стороны дать Жанне поиграть с твоей игрушкой!», «Я знаю, как ты любишь играть со своей любимой машинкой, и тебе было очень тяжело дать ее поиграть Мише, но ты это все равно сделал, и мама **ОЧЕНЬ** тобой гордится!»

53. Сомнения и дисциплина

Вы – родители, и это трудно. Никакого аттестата с результатами в конце семестра (четверти), никакого родительского собрания не намечено, чтобы отметить ваши сильные стороны или указать места, которые необходимо улучшить или исправить. Действительность такова, что вам придется подождать, пока ваш ребенок не вырастет и не начнет воспитывать своих собственных детей, чтобы понять правильно ли вы его воспитали.

Каждую ночь, ложась спать, вполне естественно размышлять, насколько последовательны вы были. Нужно было быть просто снисходительным или все же назначить наказание твердо и справедливо? Любит ли вас ваш ребенок, после всех наставлений, наказаний и ограничений?

Поделитесь своими сомнениями со своими родителями, с другими родителями, живущими по соседству, или в Интернете. Сопоставьте собственные сомнения с сомнениями других родителей и оцените свою семью, общество, нормы поведения. Вам нужно понимание других родителей, чтобы поддерживать друг друга и не показывать ребенку свои сомнения.

54. Дисциплина и последствия

Не каждое противоречивое действие требует направляющего и регулирующего отклика со стороны родителей. Некоторые проступки имеют свои собственные, естественные последствия. Брошенная в камин или сломанная игрушка закрывает тему обсуждения. Игрушки больше нет. Ребенку придется выбрать другую из горы имеющихся у него игрушек. Разорванная книжка означает, что вы не сможете ее больше почитать, и не стоит спешить доставать новую. Пролитый сок из чашки, после того как вы несколько раз сказали не делать этого, означает, что больше сока не осталось. И если ребенок хочет пить, ему придется выпить воды.

Но будьте внимательны, отказ в еде, чтобы обратить особое внимание на что-то, может завести вас слишком далеко.

Напомните малышу, когда он попросит у вас снова книжку или игрушку, что с ними произошло в прошлый раз. Он не начнет делать выводы, что его действия могут привести к определенным последствиям, пока сам не ощутит их результат на себе. На это может уйти много времени, но в один прекрасный день ваш ребенок станет немного более аккуратным и осторожным.

55. Дисциплина и чувства

Как нам это знакомо – «а я в твоём возрасте...»; «а мы были аккуратней, вежливей, внимательней...». Или что там еще? Но черно-белый мир ушел в прошлое, и век цветного кино там же, а в наш век информационных технологий возможен лучший путь.

Не пользуйтесь словами, которые ранят, когда успокаиваете вашего малыша. Уважайте его чувства, даже когда ваши собственные зашкаливают от гнева и ярости. Идти на поводу у своего гнева – самое легкое решение, когда вас не слышат, но у него есть свои последствия. Ваш малыш скопирует ваше поведение, и после конфликта он будет чувствовать стыд и вину, так же как и вы.

Дети заставляют нас действовать на пределе возможностей, доводят нас до крайности, потому что они хотят посмотреть, что из этого выйдет. Им нужна модель поведения для подражания. А с кого же брать пример, как не со своих родителей. И опробовать эффективность этих моделей они будут сначала на вас. Такой процесс взаимообмена становится личным, так как вы их папа или мама, но они еще не знают, как лучше себя вести, чтобы не обижать вас. И вы должны им в этом помочь.

56. Дисциплина: шлепать или не шлепать?

Если вы думаете, что слова могут ранить, просто подождите и посмотрите, что может сделать шлепок. Никогда, никогда, никогда не бейте ребенка из-за того, что он плохо себя ведет или не слушается. Телесное наказание учит ребенка, что насилие и оскорбление превосходящего по силе в порядке вещей. Дети, которых бьют, съеживаются, замыкаются в себе и ничего хорошего из этого не выносят. Они, конечно, прекращают плохо себя вести, и намного быстрее, чем после других методов воздействия. Но все, что они узнают, сводится к пониманию, что за некоторыми поступками может последовать боль, и наказание может стать в порядке вещей. Ребенок научится причинять боль другим.

Конечно же, есть родители, которые никогда не прибегают к порке. А другие согласятся, что иногда это необходимо, и будут рассматривать шлепок по попе как один из методов воспитания. Но этот импульс (готовности ударить) свойственен даже человеку, который никогда никого не бил. Поэтому всегда полезно иметь другие средства и методы воспитания, чтобы вовремя остановить себя, когда замахивается рука.

57. Дисциплина: тайм-аут

Что такое «тайм-аут»? «Тайм-аут» – это определенное время, когда ваш малыш может поразмыслить над своими поступками (или хотя бы сделать вид, что он обдумывает свое поведение). Объявив ребенку «тайм-аут», вы отказываете ему в положительном внимании и изолируете его на какое-то время.

Будьте готовы, что некоторые дни будут «урожайны» на тайм-ауты, а другие пройдут абсолютно спокойно. Но вы должны быть готовы применить это наказание, когда все остальное не возымеет никакого результата. Отнеситесь к этому легко и просто: вы сказали «нет» (раз), вы имеете в виду «нет» (два), и теперь шансов больше нет (три)!

Одна минута тайм-аута за каждый год возраста – это хороший практический совет, так как он наиболее точно соответствует объему внимания ребенка. Посадите его в угол, где он может только ерзать и мало чем еще заниматься. Никаких игрушек, никаких друзей, никаких поощрений и никакого веселья!

Запомните, что после наказания нужно поговорить с ребенком, сказать, что вы любите его, напомните ему, что у него была пара возможностей перестать себя плохо или опасно вести, и вы знаете, что он может хорошо себя вести. Закрепите свои слова поцелуем, скажите: «Я тебя люблю», и надейтесь, что наказание пошло малышу впрок.

58. Дисциплина: потеря привилегий

Следующим наказанием после тайм-аутов является *угроза потери привилегии*. Для этого вида наказания ваш малыш должен быть уже достаточно взрослым и понимать, что он не будет смотреть телевизор или не сможет пригласить к себе друга поиграть, и это последствия проступка, который он совершил утром. Для этого понимания необходим определенный объем внимания, не рекомендуется применять наказание к ребенку младше трех лет. Говорить полуторагодовалому малышу, что он не может получить поощрение в течение следующего часа, бессмысленно.

59. Угощение от незнакомца

Если вы столкнулись с ситуацией, когда вашему ребенку предлагают на улице сладости, и он с радостью берет их от незнакомых, вы должны научить его правилу, что нельзя брать конфеты у незнакомцев, даже если они внушают доверие.

Начиная где-то с полутора лет, ребенок уже способен понять, что нельзя брать конфеты у незнакомцев. Лучше, если вы сможете договориться об очередном правиле: он должен всегда спрашивать вашего разрешения – можно ли взять конфеты от незнакомца. И не брать ничего из рук чужих, когда вас нет рядом. Может быть, таким образом вы сможете побороть хватательный рефлекс ребенка.

60. Семейные правила

В каждой хорошей семье есть свои правила. При создании семейных правил очень важно останавливать свой выбор на тех, которые будут выполняться регулярно. На семейном совете определите, какие правила самые важные и не подлежат обсуждению, какие желательно выполнять, а какие – вопрос личных предпочтений.

Правила, которые никогда не обсуждаются: нельзя драться, кусаться, обманывать, ябедничать, ругаться и оскорблять кого бы то ни было. За невыполнение этих правил должно последовать наказание. Список правил, которые желательно выполнять, может касаться вопросов хранения игрушек, правильного поведения за столом, приема пищи и т. д. Семейный уклад особенно не пострадает, если ребенок нарушит эти правила, но все же лучше стараться их соблюдать, чтобы в доме была атмосфера спокойствия и уюта.

61. Что такое хорошо, а что такое плохо...

Чтобы малыш мог следовать вашим правилам и оправдывать ваши ожидания, он прежде всего должен вас понимать.

Доступным, соответствующим возрасту ребенка языком, четко и ясно объясняйте ребенку «что такое хорошо и что такое плохо». Например, если ваш малыш еще не умеет говорить, но уже может вытаскивать вилку из розетки, опуститесь перед ним на корточки, неодобрительно посмотрев ему в глаза, строго скажите: «Нет! Дергать за шнур нельзя». Даже если ребенок не поймет, что именно вы сказали, по вашей интонации он догадается, что сделал что-то не то. Ваши жесты, мимика и тон вполне четко дадут ему понять, что мама очень расстроена и, чтобы она не сердилась, не надо так больше делать.

62. Исключение из правил

Исключения из правил – это большая трудность, потому что вы должны обязательно объяснить двухлетнему ребенку, почему вы делаете эти исключения. *Изменение правил* – это не то же самое, так как вы не меняете правила, а просто на время их отменяете в тот момент, когда вы слишком устали, слишком заняты или слишком взвинчены, чтобы настаивать на соблюдении правил.

Будут периоды, когда ваш малыш будет вести себя особенно хорошо весь день, или он на особенном празднестве, где могут быть сделаны какие-то допущения. В таких случаях вы должны обязательно пояснить причину исключительных случаев и заметить, что так будет не всегда. Если вы разрешаете ему сегодня не спать допоздна, предварительно заметьте: «Сегодня особенный вечер. К нам на ужин придут гости, поэтому ты можешь не ложиться спать рано, а остаться с нами» или «У нас не всегда торт на десерт, но сегодня день рождения Кати, поэтому у нас сегодня будет угощение».

Исключение по особому случаю учит вашего малыша гибкости и умению решать проблемы. Он не сможет сам устанавливать правила и просить о чем-то, если вы заранее объяснили ребенку причину «исключительности» и предупредили, что завтра все будет по-прежнему.

63. Застенчивость

Некоторые дети застенчивы от природы. Они предпочитают компанию родителя или няньки шумному празднованию дня рождения или активной площадке для игр. Такие дети обычно вполне счастливы, они не страдают от недостатка общения.

Что делать и чего не делать:

- Поощряйте участие в оживленных мероприятиях. Возможно, застенчивость вызвана напряжением из-за полдюжины шумных детей, но дайте понять своему малышу, что вы рядом. Успокойте его, сказав, что он может подойти к вам через 10 или 15 минут.

- Окажите ему услугу, сделайте так, чтобы он мог играть с одним другом и там, где меньше возможностей для хулиганства и шума и неконтролируемого паясничества или дурачества.

- Не критикуйте ребенка, не пренебрегайте его желанием уйти в себя. Он такой, какой он есть, и неспособность осознать это может только увеличить его тревогу и беспокойство.

- Не волнуйтесь. У каждого застенчивого ребенка есть свое место в этом мире.

64. «Я ненавижу тебя!»

Помните, когда ваш девятимесячный малыш с осмысленным взглядом совершал исследовательское ползание, вам было интересно, что бы он сказал, если бы мог говорить? Теперь, когда ребенку исполнилось два, попытайтесь сохранить то многообещающее воспоминание, даже если ваша изнуренная и капризная, доведенная до ручки при вашем абсолютном спокойствии дочь в этот момент неожиданно выкрикивает: «Я ненавижу тебя!».

Что делать? Как реагировать? Конечно, она не ненавидит вас. Но если в этот момент вы измучены и доведены до ручки (да, теперь вы), вам кажется, что эти слова – результат долгого марафона терпеливости и постоянных уборок за вашим чадом. Вы его слишком избаловали!

Не переживайте и не принимайте все близко к сердцу. «Я ненавижу тебя!» – это просто другая ступень в социальном развитии ребенка. И все. Скажите об этом своему супругу, когда он измученный, капризный и доведенный до ручки (у него тоже был трудный день), а его любимица неожиданно выкрикивает: «Я ненавижу тебя! Я ненавижу тебя!», хотя все, что он сделал, это попытался уберечь ее от столкновения с печкой, чтобы она не ударилась.

Просто она таким образом в соответствии со своим возрастом выражает свое чувство разочарования и усталости.

65. Читаем между строк

Журналы для родителей и сайты периодически обращаются к предмету интереса своих читателей, спрашивая: «Что нужно ребенку?» У шестилеток все просто: они хотят какую-нибудь или каждую новую электронную примочку, которая появилась на рынке, а также иметь к ней бесконтрольный доступ все время. Но настройте свою волну точно на голос малыша. Исключив помехи «Я хочу сестричку» или «Я ненавижу своего старшего брата», вы услышите что-то вроде:

- Мне не нравится, когда мои родители кричат. Я люблю четкие объяснения.
- Иногда мне нравятся новые игры, но бывают моменты, когда мне хочется поиграть в игры и игрушки, уже мне знакомые.
- Я не могу быть последовательным, потому что иногда я слишком уставший, чтобы знать, чего я хочу.
- Посмотрите на меня, посмотрите на меня! Вы непременно развеселитесь, если тоже со мной поиграете!
- Я чувствую себя в безопасности, когда знаю правила, даже если мне нравится время от времени нарушать их границы.

66. Как пережить плохой день

Бывают дни, когда ваша маленькая дочка ведет себя совершенно несносно с самого утра и до вечера. Вы только и успеваете, что убирать разбитые чашки, сломанные игрушки и разбросанные вещи.

Уложив это маленькое чудовище спать, примите расслабляющую ванну. Как бы ни было трудно справиться с раздражением, постарайтесь посмотреть на прошедший день позитивно. Найдите хоть малейший повод, за что ее можно было бы похвалить: НЕ воспользовалась возможностью ударить младшего брата, НЕ устроила истерику по поводу неправильной формы печенья, слепила красивую поделку, оставив при этом не слишком много мусора.

Выйдя из ванной и закутавшись в уютный махровый халат, вы с удивлением обнаружите, что вам уже трудно вспомнить все плохие моменты сегодняшнего дня.

67. Признаем свои ошибки

Учитесь на своих ошибках. Нет идеальных людей, всем нам свойственно время от времени ошибаться. При этом важно не мучить себя постоянными угрызениями совести, а признаться для начала себе, а потом ребенку, что вы были неправы. Можно извиниться: «Мамочка очень рассердилась и поэтому накричала. Я сама виновата, не нужно было ставить эту вазу рядом с тобой». Вот и все. Не так уж это и трудно. Самое главное – создать необходимую атмосферу доверия. Малыш по-прежнему будет ожидать от вас спокойствия и благоразумия вместо повышенного тона и раздражения. И все-таки, если ваша уверенность в себе как в хорошей маме сильно пошатнулась, а чувство вины не дает покоя, не стоит пренебрегать консультацией семейного психолога. Быть родителем ведь очень непросто.

68. Единый родительский фронт

Наверняка вам уже знакома подобная ситуация: со слезами на глазах и дрожью в голосе ваш малыш просит, чтобы вы включили ему новый мультфильм. По какой-то объективной причине вы говорите ему «нет». Он моментально отправляется к папе и, продолжая давить на жалость, повторяет просьбу. Если папа не выдержит такого психологического давления и разрешит, то это будет несправедливо по отношению к маме, ведь в глазах ребенка он будет выглядеть добрым и любящим, а мама жестокой и злой.

В семье очень важно, чтобы оба родителя придерживались одной линии воспитания: если кто-то из них сказал «нет», то другого варианта быть не может. И не позволяйте себя провести: если ребенок скроет от отца, что мама что-то запретила, не поощряйте мелкое жульничество – сразу же выключайте видеомаягнитофон с мультфильмом.

69. Измерение гиперактивности

Если вы родители совершенно очаровательного, милого, добродушного, но шумного трехлетки, вы наверняка сами не можете справиться с ним, а воспитатель детского сада, к вашему удивлению особенно не беспокоится по поводу его гиперактивности. Тем не менее вы упорно ищете выход из сложившейся ситуации за счет простого решения – лечения и лекарства.

Когда активный значит **СЛИШКОМ** активный? В каком возрасте детская активность может рассматриваться как гиперактивность?

На эти вопросы нет четких и ясных ответов в медицинской литературе и в литературе, затрагивающей вопросы поведения, но общее мнение специалистов сводится к тому, что 3–3,5 года – это нижний предел для разумного и внятного диагноза. В любом более раннем возрасте стиль и уровень активности не являются показателями, каким будет поведение ребенка в школе.

70. Детский «стриптиз»

Вы, возможно, сталкивались с ситуацией, когда ваши дети с диким блеском в глазах поддавались искушению снять всю одежду и памперсы и стремительно носиться голыми по всему дому.

Со стороны это выглядит крайне глупо и умилительно, но вполне безвредно, и когда ребенок замерзает, одежда тут же снова надевается.

Маленький «стриптиз» может произойти в неподходящий момент. Например, когда к вам пришли другие дети поиграть или во время визита родственников. Вот когда пора выучить правила социально приемлемого поведения. Нет, это не вопрос безопасности или внешнего выражения подсознательных психических процессов, это даже не обсуждается. Когда вокруг другие люди, одежда должна остаться на месте.

Через несколько лет, в возрасте 5 лет или около того, игра «Я покажу тебе мой, если ты покажешь мне свой» будет такой же привлекательной. Тогда вашему малышу придется выучить урок еще раз.

71. Мастурбация

Наверняка вы уже знаете, что изучение тела, которое начинается в раннем детстве, в конечном счете ведет к открытию интимных частей тела.

Подходящая реакция: пренебрегая общественным мнением об этом деликатном вопросе, скажите своему ребенку, что это делают наедине, а не перед другими людьми. Изучение гениталий братьев или сестер, или друзей также неуместно.

Неподходящая реакция: выражение возмущения, гнева, замешательства, смущения, огорчения и физическое наказание.

Мастурбация – это невинное, связанное с развитием, свойственное всем детям, нормальное поведение. Со временем ребенок переключит свой интерес на что-нибудь другое.

72. День независимости

Настает день, когда ваш малыш сам захочет решать, пригласить ли друга в гости поиграть или пойти в музей, зоопарк. Разрешите ему немного покомандовать и проявить инициативу. Если он просто хочет выполнить художественный проект, соберите вместе весь материал, который понадобится маленькому Пикассо, и пусть творит. Помните, что предоставлять ребенку свободу вовсе не означает идти на компромисс в вопросах безопасности и уважения.

Успешный опыт независимости – залог самоуважения. Но возможны подводные течения и разногласия, когда маленький свободолюбец, выстраивая свое расписание, говорит как никогда деспотично «нет!» вашим планам. В этом случае возражение с вашей стороны не должно приобрести категоричную форму. Используйте обоснованное объяснение: «Сейчас нам нужно, чтобы ты оделся, и тогда мы сможем пойти к бабушке в гости». Или если он проверяет на прочность необсуждаемый вопрос о безопасности, спокойно скажите ему: «Собачка большая и она рычит. Небезопасно играть с ней».

73. Модные штучки!

В двухлетнем возрасте у ребенка формируются свои, во многом отличные от ваших, взгляды на моду. «Наверно, мамочка не совсем в своем уме, если считает, что я надену свитер и брючки только потому, что на улице похолодало. Я хочу шорты и что-нибудь с короткими рукавами!» – вот как рассуждает ваша модница-малышка.

Уговоры могут занять все утро, а вы должны успеть на прием к доктору. В таком случае выбора нет – пусть покричит, «выпустит пар», а потом наденет то, что вы считаете нужным. Если же она хочет играть дома именно в этих шортах и в этой майке, и тому нет особых препятствий, уступите. Когда ваша кроха упрямо отстаивает свое право надеть невообразимый с точки зрения сочетаемости цветов и фактур наряд, да еще и отправиться в нем на детскую площадку, не тратьте зря нервы, пытаясь ее переубедить. Не в школу же, в конце концов, она так вырядилась. К тому же велики шансы, что на площадке она встретит своих единомышленников, одетых в не менее причудливые костюмы, и они от души повеселятся, глядя друг на друга.

74. Что надеть?

Ежедневный процесс одевания даже для вас может быть нелегким и затруднительным. А если вы хотите выбрать одежду для работы, или чтобы привлечь внимание супруга – это вообще может стать кошмаром. Ну, давайте же, признайтесь – это большая проблема!

Почему вы тогда так удивляетесь, если процесс одевания важен для вашего малыша? Зачем, спрашивается, приходить в ярость от того факта, что его спальня превращается в хаос из разбросанной одежды, носков и нижнего белья только для того, чтобы надеть те же самые свитер и футболку, в которых он был вчера?

Одежда – это способ впервые заявить о себе как о независимом человеке. Поэтому ведите войну где-нибудь в другом месте. Разбросанная одежда не влияет ни на здоровье, ни на безопасность. Просто убедитесь, что ножки вашего малыша не замерзнут, когда вы пойдете на прогулку. Поэтому предоставьте весь гардероб в его распоряжение, чтобы он сам сделал выбор.

75. Хочу на ручки!

«С какой стати я должна идти сама, ведь это так утомительно, разве папины руки не для того, чтобы носить меня?» – примерно так думает ваша малышка.

Возможно, она устала, капризничает или же просто вами манипулирует (взяв малыша на руки, о последнем вы можете легко догадаться по мгновенной метаморфозе из плаксы в довольного жизнью, радостного человечка). Причины такого поведения очевидны – она хочет от вас внимания, успокоения, тепла, а, может, проверяет ваше к ней отношение.

Если ваша спина позволяет, посадите ребенка на плечи. Конечно, там не будет так же уютно и тепло как у вас на руках, и, возможно, она откажется от такого предложения и согласится пройти еще немножко.

76. Маленький нытик

Нытье и капризы – обычный способ манипулировать другими ради того, чтобы добиться своих целей. Дети очень часто прибегают именно к этому способу, видимо, считая его наиболее действенным. Как же с этим бороться?

Когда в очередной раз ваш ребенок ноющим голосом, показывая готовность в любой момент пустить слезу, обратится к вам с какой-нибудь просьбой, спокойно скажите ему: «Я дам тебе то, что ты хочешь, если попросишь нормальным тоном. От нытья у меня болит голова». Услышав в ответ хныканье, повернитесь к нему спиной и не обращайтесь внимания. После нескольких попыток вы услышите ту же просьбу только в более приемлемом тоне.

77. «Я слышу тебя»

Когда ваш малыш хочет печенье в магазине и говорит вам об этом снова и снова, громче и громче: «Хочу печенье! ХОЧУ печенье!», дайте ему понять, что вы слышали его недовольство, сказав в ответ: «Мама знает, что ты хочешь печенье, но мы не будем покупать его прямо сейчас».

Навыки рецептивного языка ребенка уже сформировались. Он услышит и поймет вас, даже если затем наберется сил и заорет: «ХОЧУ ПЕЧЕНЬЕ!».

Если есть возможность, разрешите ему получить желаемое путем переговоров. Напомните ему (он услышит, даже если не покажет этого), что он не должен кричать, и если он успокоится, будет вести себя должным образом и попросит по-другому (он знает как), может быть, сможет заслужить это печенье. Обращение к лучшей стороне характера малыша может уменьшить его чувство разочарования и даст ему шанс обсудить свое требование еще раз.

78. Копуша

Почему одни малыши справляются с обедом за минуту, а другим и трех часов не хватает, чтобы одолеть бутерброд. Пока науке не удалось найти ответ на этот актуальный для многих родителей вопрос.

Если ваше чадо занимает первое место на конкурсе «копух», можно попробовать использовать дополнительные стимулы и поощрения за скорость. Однако кардинальных перемен ждать не стоит.

Если вы уже опаздываете, а ребенок еще не закончил есть, не следует оставлять его без обеда, учитывая, что вам никуда не деться от плача и капризов голодного ребенка и собственных угрызений совести. Выход один: завернуть остатки обеда в пакет и взять с собой.

79. Предупреждаем «бурю»

На небе тучи, в воздухе пахнет надвигающейся грозой. Дети очень восприимчивы и легко подстраиваются под такое же поначалу угрюмое, а потом бушующее настроение госпожи-природы.

Если мирное общение с соседской Дашей постепенно превращается в бурю эмоций с криками и разбрасыванием игрушек, пора вмешаться. Но делать это нужно очень мягко и ненавязчиво. Включившись в их спор, постарайтесь его быстро закрыть. Отвлеките их внимание, предложите почитать книгу, перекусить или посмотреть мультфильм. Не оставляйте им ни единого шанса на вспышку гнева и слезы.

80. Испытание на прочность

В возрасте от полутора до двух с половиной лет ребенок не может быть ответственным за свои порывы и импульсивные поступки. У него уже сформировался тип мышления такой же, как и у малолетних преступников, праздно шатающихся в поисках неприятностей. Любопытство подталкивает его к спонтанным поступкам еще до того, как его совесть установит ограничения. Он хочет посмотреть, собираетесь ли вы (или кот) наказать его за то, что он дергает кота за хвост.

Откровенно говоря, это нормальное поведение. Вы его постоянный спутник, он знает вас лучше, чем кто-либо еще: он чувствует ваше настроение, ритм и объем внимания ежедневно, ежечасно. И он видит, что вы не всегда действуете одинаково в одних и тех же ситуациях. Он знает, что даже если вы сказали «Нет», вы не можете передумать и дать слабину.

Результат: в течение года или около того ребенок будет проверять, на каких правилах вы действительно всегда и абсолютно настаиваете, а какие указывают на «пробоину в вашей броне».

81. Уступить или настоять на своем?

У ваших баталий есть достаточное основание, и ситуации бывают разными. Иногда ваша цель – добиться лучшего поведения или более правильного питания. Все это очень важно, но не настолько критично и необходимо, как, например, научить ребенка, что поверхность кухонной плиты горячая и можно обжечься или что перекресток и дорога – это опасное место, где необходим абсолютный контроль и внимание. Итак, когда вам следует быть мягкими, гибкими?

- Время от времени предоставляйте ребенку возможность сделать выбор в одежде и еде.
- Твердо настаивайте на безопасности: дети не играют с ножами; дети держаться за руки, когда переходят улицу. Эти правила не обсуждаются.
- Когда вы отступаете от каких-то правил, помните, что победа вашего ребенка была заслужена тем, что он достаточно вырос для новых правил, но они предполагают и большую ответственность.
- Не делайте из себя неудачника из-за того, что потерпели неудачу в мелком споре.

82. Грубый ребенок?!

«Мам, почему та тетя такая жирная?». «Я не хочу стоять рядом с ним – он вонючий!»

Иногда, где-то в возрасте около двух, двух с половиной лет, вас ожидает увесистая доля разочарования и досады, когда ваше драгоценное, любимое дитя дает волю ужасным, необдуманным оскорблениям. Вам придется столкнуться с его странными оценками и замечаниями. Запомните, что это всего лишь способ выразить удивление этим миром. Есть еще так много всего вокруг, чего он никогда не видел, например, инвалиды или люди с определенными физиологическими особенностями.

Откровенно говоря, это может быть очень трудно – не быть выбитым из колеи и не потерять равновесие после таких грубых высказываний, но важно, чтобы вы отреагировали на них. Признайте различия, не реагируя слишком остро: «Есть люди с избыточным весом, дорогой, и тете может не понравиться, что ты говоришь об этом так громко». Проигнорированное замечание вызывает чувство стыда и приносит еще больше неудобств и неловкости не только вам, но и самой жертве.

83. Приступ гнева

После двух с половиной лет в представлении малыша есть один выход из затруднительной ситуации – это выход из себя. В этом возрасте у детей складывается свое понимание независимости. Как только они осознают, что могут самостоятельно выбирать, что они сегодня будут есть и во что одеваться, начинается их самый большой социальный эксперимент – как добиться желаемого и при этом избежать наказания. В их распоряжении есть только два инструмента: попросить или громко потребовать. Им еще предстоит узнать, что не всегда можно получить то, что хочешь.

84. Учим малыша вести себя на улице

Вот несколько важных советов для вашего ребенка:

- Обязательно всегда смотри по сторонам. Это очень важно.
- На улице всегда держи взрослого за руку.
- Подъездные дороги очень опасны – можно не заметить выезжающую из гаража машину.
- Если видишь на улице собаку без поводка, ни в коем случае ее не дразни, и она тебя не тронет.

85. Летящие вещи

Освоив новое движение, ваш малыш на радостях начинает бросать все, что находится в поле его зрения и пределах досягаемости. Считайте, что вам повезло, если ваш малыш освоил это движение в летнее время года и практикует его за пределами дома. Забота о сохранности вещей в доме является также заботой о здоровье: она способна сберечь много нервных клеток – и ваших, и крохи. Ведь «нельзя» для него – пустой звук! Все, за что вы переживаете, лучше поднять повыше или временно убрать. Постарайтесь отвлечь его внимание от более тяжелых предметов и показать, что бумажные самолетики и бумеранги летают гораздо лучше.

86. Сладкая награда

Эта система долгосрочного поощрения понравится вашему трехлетнему ребенку. Все очень просто – за каждый хороший поступок вы кладете конфетку в вазочку, а за каждое непослушание – забираете ее обратно. В конце недели ребенок имеет право опустошить вазочку, то есть чем лучше он себя ведет, тем больше сладостей ему достанется.

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.