

## Как преодолеть кризис трех лет.

Редко родителям удается избежать возрастных трудностей в воспитании ребенка, например, когда в 2-3 года малыш, который еще вчера был просто ангелом, вдруг становится невыносимым. Кажется, что ребенок уже никогда не будет вас слушаться. Но поверьте, все это проходит. Главное в этот период – помочь ребенку, а не оттолкнуть его от себя наказаниями или потаканиям его капризам. Малышу в кризисный период очень нелегко, ведь он начинает идентифицировать себя как личность, но при этом самому (без помощи родителей) ему не все удается.

Чаще всего родители в этот возрастной период сталкиваются с позицией малыша «я сам». Так не запрещайте ребенку сделать что-то самостоятельно. Ведь можно. Например, просто встать на час раньше, чтобы ребенок неспешно и без всяких криков оделся, если ему хочется это сделать самому. Также не нужно ограничивать малыша, если он не хочет идти за руку или делать что-то, что ему не под силу. Пусть попробует, а вы мягко предложите ему свою помощь. Если ребенок увидит, что вы не претендуете на его свободу, он сам попросит ему помочь.

Но все это касается только безопасных действий. Ребенок должен понимать, что если мама говорит «нельзя», то не может быть никаких исключений. Например, если вы запрещаете трогать кухонную плиту, то это требование железно, как бы ребенок не кричал и каких бы истерик ни устраивал. Кстати, никогда остро не реагируйте на последнее, иначе малыш решит, что может вами манипулировать при помощи капризов.

Терпения вам и успехов в воспитании детей!



## Телевизор: враг или друг?

**Всеми свое время.**

### **2-3 года**

Это время стремительного развития речи. **Если исходить из того, что полезно малышу, то чтение, игры и общение с родителями однозначно лучше телевизора.** Ведь овладение речью происходит только в живом общении, когда ребенок не только слушает, но и отвечает на вопросы, участвует в диалоге. Если не получается совсем оградить ребенка от телевизора, разрешайте ему сидеть у экрана не больше 15-20 минут в день.

### **Дошкольники**

Детишки смотрят ТВ уже более осознанно: их интересует сюжет, взаимоотношения персонажей. Они сопереживают главному герою мультфильма, стремятся подражать ему. Это, бесспорно, идет на пользу малышу. **Но следите за тем, чтобы ребенок смотрел телевизор не больше часа в день и только добрые передачи** (сказки, мультики, сюжеты о животных).

### **Подростки**

С 10-11 лет дети обычно сами выбирают программы для просмотра. Чтобы как-то повлиять на этот процесс, старайтесь смотреть ТВ вместе с ребенком. Во-первых, это дает возможность оградить чадо от «плохих» передач, во-вторых, будет шанс сделать перерыв и обменяться впечатлениями. Подростку 2-3 часов в день вполне достаточно для «общения» с телевизором.

### **Важно!**

ТВ-зависимость чаще всего возникает из-за дефицита общения с родителями. Разговаривайте с ребенком, интересуйтесь его жизнью, помогайте в реализации его стремлений, талантов. Тогда и телевизор (компьютер) не будет у сына, дочери на первом месте.

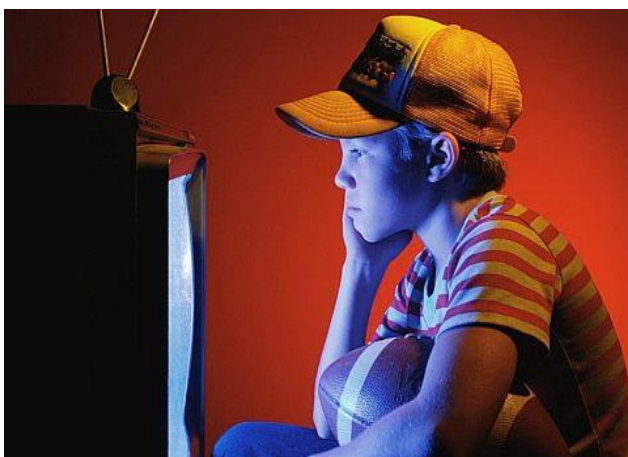
### **Нельзя смотреть**

- Программы, где есть сцены насилия. У маленького зрителя срабатывает защитная реакция, и он начинает к жестокости относиться как к чему-то обыденному.

- новости, ток-шоу. Криминальные сюжеты, подробности личной жизни легко связываются в сознании ребенка с повседневной жизнью и могут сильно травмировать его психику, вызвав страх или агрессивное поведение.

## Способы борьбы с ТВ-зависимостью

Малышу твердо скажите: «Мы посмотрим мультик, выключим телевизор – и гулять. Со старшим ребенком важно, чтобы он сам участвовал в договоре, тогда у него не будет ощущения, что его заставляют. Вы можете помочь ему тем, что за пять минут до конца передачи напомните о договоре.



## Как найти общий язык с ребенком

Часто можно наблюдать, как мамы пытаются воспитывать детей, чтобы не лезли куда не надо, не бегали, не шалили и т.д.

Зачастую такое воспитание больше похоже на муштру. Почему так происходит? Что же руководит родителями.

Большинство родителей словно считают себя начальниками, а детей – подчиненными. А за этим скрывается страх перед непредсказуемым поведением малыша.



Также старшее поколение считает своим долгом передать младшему опыт и багаж знаний, вот и получается постоянное поучение. И здесь замаскирована боязнь потерять контроль над ребенком.

Часто можно слышать, как мамы и папы внушают ребенку, что с ним может что-то случиться. А ведь это страх не только за ребенка, сколько за себя: что будет со мной, что скажут люди и т.п.

Помните, как в мультфильме «Трое из Простоквашино» мама кричала вслед дяде Федору: «Я из-за тебя ночей не спала!» А сколько таких мам наяву! И они хотят, чтобы дети поняли, как нелегко было с ними, и безропотно во всем соглашались, отдавая дань родительскому самопожертвованию. Только все это больше похоже на самоутверждение. Родители считают, что дети должны вести себя прилично на людях и не позорить их несносным поведением. Но ведь дети только познают мир, поэтому совершения ошибок и попадания в некрасивые ситуации избежать очень сложно. Увы, мнение окружающих для некоторых родителей первостепенно...

Сделав эти выводы можно дать совет всем любящим родителям: научитесь находиться рядом с ребенком, слушать его и слышать. Перейдите на сторону ребенка, окунитесь в его мир, не запрещайте бегать и шалить – ведь как иначе узнать, что можно, а что нельзя? Детство бывает однажды, так давайте сделаем его для наших детей счастливым.