***Как построить отношения с ребёнком 2,5 – 4 лет.***

На этот возрастной период приходится ***«кризис трёх лет».*** Ребёнок начинает воспринимать себя отдельной личностью – такой же, как «эти большие взрослые вокруг», и активно проверять, где заканчиваются границы его возможностей, на что он может влиять. Сталкиваясь с ограничениями в исполнении своих желаний, он приходит в ярость. Это злость на то, что всё идёт не так, как он хочет.

***Основные задачи этого периода:***

1. Формирование волевых качеств, умения добиваться своего, настаивать на собственном решении, делать выбор, полагаясь на свои желания.
2. Исследование своих возможностей в противостоянии с взрослыми, изучение того, «что такое хорошо и что такое плохо». Исследование «границ»: когда взрослые непреклонны в своём решении, а когда можно настоять на своём.
3. Осознание того, что такое злость, как можно её адекватно выражать.

Дети, которые ещё вчера послушно и даже радостно одевались, подражая родителям, кушали почти всё, что дают, спокойно засыпали после всех обычных ритуалов, - сегодня начинают спорить по любому поводу. «Шапка не такая», «корми меня с ложки», «я не буду спать» - и никакие доводы разума на них не действуют. А если взрослые настаивают на своём решении – в ход идёт «тяжёлая артиллерия». Ребёнок начинает в лучшем случае кричать и плакать, а в худшем – драться, кусаться и кидаться всем, что попадёт под руку. И надо сказать, что часто, таким образом добивается своего*.* ***Некоторые взрослые, не выдерживая напора или не понимая, как себя вести, сдают позиции в надежде на то, что чадо хотя бы утихнет*.** И спокойствие действительно восстанавливается, но только до следующего эпизода расхождения мнений. И вот уже вся семья разбивается на два лагеря. Одни считают, что «пороть таких надо», потому что «совсем на шею сели», другие настаивают на гуманизме, дабы не задавить личность. ***Как же помочь себе и ребёнку в этот непростой период жизни?***

***Во-первых*,** нужно понимать, что злость, охватывающая детей, - абсолютно «законное» чувство. Она досталась нам от животных. И взрослые тоже испытывают это чувство, только умеют его сдерживать или проявлять адекватным способом. У детей же этих механизмов ещё нет. Они как раз вырабатываются на данном возрастном периоде при помощи взрослых. Алгоритм действий таков:

* Подождать, когда ребёнок успокоится. Бесполезно что-либо говорить, пока он охвачен эмоцией. Он не слышит слов взрослых.
* После того как он успокоился, назвать чувство, которое он испытывает: «Я вижу, ты сильно рассердился (разозлился, расстроился)»;
* Провести причинно-следственную связь: «Когда мама не даёт то, что хочется, - это очень злит». Нам, очевидно, что ребёнок рассердился оттого, что ему не дали конфету, которую он хотел съесть вместо супа. Для него же часто выглядит так, будто его охватила некая сила, и он стал плохим. Особенно если, вместо объяснения причины его злости, ему говорят, к примеру: «Фу, какой плохой ребёнок»;
* Предложить, как можно в следующий раз выразить злость приемлемым способом, например: «Давай ты в следующий раз не будешь кидать в маму ложкой, а скажешь: «Я злюсь на тебя!» Можно завести специальное «место злости» - им может стать стул: на него садятся, чтобы успокоиться. Важно сделать акцент на том, что это не наказание, и объяснить, что пока человек злится, с ним невозможно общаться, поэтому нужно успокоиться. Желательно в это место положить бумагу и карандаш – тогда ребёнок может выразить своё состояние в рисунке.

***Во-вторых,*** важно, чтобы ребёнок чувствовал «границы». Дети, у которых взрослые идут на поводу, начинают ощущать, что они управляют миром, и становятся очень тревожными. Потому что им всё время приходится быть в напряжении, удерживая власть. Попадая в социум, эти домашние тираны оказываются не слишком успешными, т.к. привыкли к тому, что всё вертится вокруг них. Они с трудом устанавливают контакт со сверстниками и требуют постоянного внимания педагога. Воспитателю в данном случае приходится делать то, что должны делать родители – задать рамки и правила общения.

***Другая крайность – жестокое подавление любых агрессивных проявлений ребёнка.*** Родители в этом случае считают так: ребёнок должен быть хорошим всегда и слушаться по первому требованию. Результат такого подхода проявляется в двух вариантах:

1. Дома ребёнок шёлковый, но в детском саду – неуправляемый и агрессивный.
2. Ребёнок старается соответствовать высоким требованиям, но периодически срывается. Постепенно он начинает винить себя во всём и часто страдает ночными страхами, энурезом, болями в животе.

Истина – посередине. Если взрослый понимает, что эти трудности соответствуют возрасту ребёнка, то он сохраняет относительное спокойствие, но при этом всё-таки настаивает на своём. Так он показывает ребёнку твёрдые «границы», но выстраивает их мягким способом.

***Алгоритм выстраивания границ:***

1. Взрослый чётко формулирует, что хочет от ребёнка. (Пр. «Я хочу, чтобы ты собрала игрушки и пошла в ванну»).
2. Озвучиваем предполагаемые чувства ребёнка и проводим причинно-следственные связи: «Видимо игра тебе очень нравиться, и ты расстраиваешься, когда надо её заканчивать». В этом случае ребёнок ощущает, что мы его понимаем и иногда уже этого достаточно для изменения его поведения.
3. Ребёнку обещается то, что он любит делать (но не покупка игрушек, деньги и сладкое): « Если ты сейчас пойдёшь в ванну, то сможешь поиграть там в пиратский корабль (то я почитаю тебе книгу подольше и т. д.). А мы часто поступаем наоборот – угрожаем: если не сделаешь, то потеряешь, что не является правильным.