

Не хочу и не буду! Кризис трех лет

Примерно к трем годам, а возможно, немного раньше, иногда уже в два, ребенок вдруг меняется. Милый сладкий крошка, такой нежный, такой легко управляемый, в один прекрасный день закатывает первый скандал по пустяковому поводу. Сам повод значения не имеет. Не в той чашке дали молоко. Не купили в магазине чупа-чупс. Помогли с чем-то, а он собирался сам.

В первый и второй раз вы утешаете себя тем, что, наверное, это он просто сегодня устал, или у него режутся зубы. После того, как скандалы становятся практически обязательной частью семейной жизни, и редкий день удается прожить без воплей, слез, кидания на пол предметов – или самого себя, вы понимаете, что тот самый кризис негативизма, о котором вы читали и слышали, пришел к вам.

«Кризисом негативизма» это время называется потому, что самыми главными словами этого периода становятся НЕТ, НЕ хочу и НЕ буду. По любому поводу и без: нет, нет, нет. Иногда ребенок отвечает НЕТ раньше, чем вы успели договорить. Иногда вы прямо видите, что он на самом деле очень хочет – есть, пить, спать, но твердит: не хочу, не буду. Дети, которые уже хорошо говорят, могут разнообразить репертуар: «Не хочу чистить зубы! Хочу, чтобы болели! Не хочу новой пастой! Противная паста! Не буду! Уйду от вас! Я тебя не люблю!» и все в таком духе.

Как же с этим быть?

Прежде всего, важно помнить, что ребенок 2–3 лет ничего не делает назло. Делать назло – крайне сложно, на самом деле. Если мы ставим себе цель кого-то «низводить и укрощать», мы должны как минимум точно знать, как этот кто-то воспримет те или иные наши действия, какие чувства они у него вызовут, и что он будет делать под влиянием этих чувств. Ребенок трех лет на все это не способен, у него просто еще не созрели те зоны мозга, которые отвечают за взгляд на ситуацию со стороны другого человека и прогнозирование действий и реакций другого. Эта способность появится у него только годам к 6–7.

На самом же деле, ребенок стремительно растет и развивается. Он так много всего может сам – каждый день больше, чем вчера. Естественно, от такого невероятного продвижения вперед, начинается головокружение от успехов. Когда ты вдруг столько всего начал уметь, так продвинулся, то кажется, что ты вообще сам-сусам и море тебе по колено. Уверенность в своей возможности справляться, в своем праве хотеть и достигать желаемого растет. А мозг пока по-прежнему не критичен, всей сложности ситуации не видит, всех обстоятельств он учесть не может.

Так и происходят конфликты: ребенок сильно хочет (или не хочет) чего-то,

и уверен, что вполне может сам сделать или решить, а родители видят ситуацию шире, и согласиться с ним не могут. Налицо конфликт.

Люди в конфликтах ведут себя по-разному. Есть те, кто конфликтов очень не любит, даже боится, и никогда не может настоять на своем. Всегда уступают, входят в чье-то положение. Окружающие такую черту характера быстро распознают и начинают на человеке «ездить», относятся как к «тряпке». Человек обижается, но терпит.

Встречаются и люди противоположного типа, они готовы конфликтовать и спорить всегда, в любой ситуации не могут «поступиться принципами» и «качают права». С ними окружающие предпочитают не связываться, не только не спорить, а и вообще не иметь дела по возможности. Ну, а если он повстречает другого такого же, то может все закончиться как в детском стихотворении: «В нашей речке утром рано утонули два барана».

Конечно, это крайние полюса – люди, которые всегда уступают и люди, которые всегда упираются. У них однотипная стратегия на все случаи жизни, и ничего хорошего в этом нет. Жизнь сложная, ситуации разные. Есть случаи, когда стоит упереться. Если на кону твои ценности, твое самоуважение, или безопасность других людей, или долг и честь, взрослый человек должен быть способен сказать: «На том стою и не могу иначе» и не прогибаться под давлением. Есть ситуации в жизни, когда очень глупо упираться – либо вообще это бесполезно, либо вопрос того не стоит, и хорошо бы это понимать. Иногда нужно найти компромисс: не по моему будет и не по вашему, а посередине, здесь вы уступите, а здесь я.

То есть хорошо, когда у взрослого человека в запасе есть целая колода разных стратегий поведения в конфликте. В конкретной ситуации он как бы раскладывает колоду перед собой и думает: уступить? упираться? торговаться? придумать что-то еще? Он гибок, адаптирован к жизни, его шансы быть успешным в работе и в отношениях высоки.

Если ребенка наказывают за любую попытку протеста, или если, наоборот, родители так боятся его расстроить, что никогда с ним не спорят, он просто не сможет освоить всего разнообразия стратегий. Его реакцией на стресс – а конфликт с родителем это прежде всего стресс – будут уже знакомые нам два варианта: либо избегание мобилизации, отказ от защиты своих интересов – позиция «тряпки», либо застревание в мобилизации, невозможность уступить и смириться – позиция «барана».

Получается, что кризис негативизма это не просто испытание для родительских нервов. Это время, когда ваш ребенок учится настаивать на своем, конфликтовать. И вы, как опытный тренер, можете помочь ему освоить разные стратегии поведения в конфликте. Вы не боретесь с ним, вы не противник – вы

тренер, спарринг-партнер. Невозможно же научиться играть в теннис в одиночку. Вот и конфликтовать тоже – можно научиться только с партнером, который подскажет, поможет, примет удар и даст подачу.

Трехлетка вдруг открывает для себя мир конфликта, он обнаруживает, что родитель хочет не того же, что он. Да, сначала у него шок и протест, а потом, если родитель не прерывает ситуацию искусственно шлепком или криком, он начинает учиться с этим как-то обходиться, осваивать разные стратегии. Ребенок учится жить в мире, в котором его воля ограничена волей других людей, в котором его желания и желания значимых для него людей не всегда совпадают. В этом главная задача этого возраста.

При этом очень важно, чтобы в процессе столкновений с вами ребенок получал разный тип ответных реакций. Чтобы когда-то ему уступали, а когда-то не уступали, чтобы когда-то переводили в игру, а когда-то договаривались, а когда-то еще по-другому, чтобы как в жизни, были разные варианты. Это довольно естественно: есть что-то, чего вы не разрешите никогда, хоть он весь день ори. Например, совать пальцы в розетку. И есть вещи, в которых вполне можно уступить: ну, не хочет он такую кашу, не нравится ему, можно и не давать. И еще много ситуаций, когда может быть по-разному. Вместе собрать игрушки. Пospорить с папой, что ребенок не успеет одеться, пока вы считаете до десяти и с треском проиграть. Понять, что Луну с неба достать никак не выйдет, и поплакать про это.

Ну, и помнить, что этот кризис не будет вечным.

Список использованных источников

1. Тайная опора: привязанность в жизни ребенка / Людмила Петрановская. – Москва : Издательство АСТ, 2017 . – 288 с.

Материал подготовила Иванова Ю.Л.

25.05.2019