

## Как избежать конфликтов с детьми

Очень часто мы, сами того не подозревая, закладываем основу для будущих конфликтов с крохой в самые первые дни и месяцы его жизни.

Многие родители, следуя классическим требованиям медицины и педагогики, как бы отдаляют ребенка от себя, требуют от него такой степени независимости, к которой едва родившийся малыш еще не готов: кладут спать в отдельную кровать, а то и в отдельную комнату, кормят по графику и стараются пореже брать на руки, «чтобы не избаловался», раньше времени отлучают от груди и начинают приучать к горшку. В итоге кроха начинает бурно протестовать: ему одиноко, страшно, неудобно, невкусно...

**К счастью, сегодня есть альтернатива:** в популярных журналах для родителей и школах подготовки к родам рассказывают об иных, мягких способах естественного ухода за новорожденными, и они находят все больше сторонников. Достаточно перестать мучить малыша и себя вместе с ним режимом, махнуть рукой на ночной перерыв в кормлении и положить кроху к себе в кровать или посадить его в перевязь, как утраченная связь между мамой и ребенком восстанавливается, и конфликт исчерпывается.

Ну, а что же будет, если мы настоим на своем и заставим малыша соблюдать дистанцию? Поплакав и убедившись, что никто к нему подбегать по первому требованию не собирается, малыш привыкнет засыпать в пустой комнате, есть из бутылочки и самостоятельно развлекаться. Только, отдалив от себя кроху, мы зложим первую маленькую мину под наши с ним отношения, с самого начала подорвем его доверие к нам и к тому миру, в который он попал, а это, в свою очередь, приведет куда к более серьезным проблемам и конфликтам в старшем возрасте. Часто бывает, что любящие, заботливые родители недоумевают, почему ребенок, достигнув подросткового возраста, стал вдруг неуправляемым, злым, равнодушным, и никто не догадывается, что причиной всему – давно забытое «воспитание характера» в младенчестве.

Бывает и наоборот, излишне тревожные родители боятся отпустить малыша от себя, ограничивают его поисковую и двигательную активность: не дают ползать по полу, чтобы не испачкался или не схватил что-нибудь опасное, не разрешают залезать на стулья, чтобы не упал, берегут от любого сквозняка, чтобы не простудился... Позже детей не выпускают одних во двор, провожают в школу и обратно, не отпускают в походы и в гости к одноклассникам. Сильные, от природы инициативные дети бурно протестуют против гиперопеки, а не получив возможности легальным способом проявлять активность, «уходят в подполье»: начинают хулиганить, портить вещи, врать, воровать. Если малыш не склонен к бунту, он покоряется и не рвется на свободу, правда, несколько отставая в развитии от более бойких сверстников. Зато, как считают родители, с таким меньше хлопот: не бунтует, не убегает, ничего не портит. В детском саду и младшей школе это – образцовый ученик, пример для всех. Но позже и родители, и учителя начинают возмущаться: вялый, безынициативный безответственный, ничем не интересуется. Ну, а где же, спрашивается, было научиться ребенку ответственности и инициативе, если буквально с пеленок ему постоянно доказывали, что инициатива

опасна и ведет к непоправимым последствиям, а ответственность за все его поступки лежит на папе с мамой и воспитательнице с учительницей!

### **Как же найти золотую середину между дефицитом внимания и гиперопекой?**

Ответ одновременно и прост, и крайне сложен. Если мы на прогулке разрешим полутора -двухгодовалому ребенку самостоятельно гулять по парку, он отойдет на определенное расстояние (это может быть и метр, и десять, в зависимости от характера малыша), но постоянно будет держать определенную дистанцию, чтобы мама все время оставалась в поле зрения и в любой момент можно было к ней вернуться. Это и должно стать моделью для наших отношений с малышом. Нужно сделать так, чтобы он всегда чувствовал, что он в безопасности, и в то же время предоставлять ему ту степень свободы, к которой он готов.

**Чтобы малыш имел возможность самостоятельно познавать мир, создайте ему дома безопасную среду:** уберите все опасные, бьющиеся и шаткие предметы, проверьте качество замков на окнах и электропроводки, лучше утеплите окна, расстелите на полу мягкий ковер или просто одеяло, чтобы было не слишком больно падать. И как можно раньше (лучше всего, как только заживет пупочек) оставляйте малыша на расстеленной на полу простынке самостоятельно познавать мир. Пусть он пытается дотянуться и доползти до различных предметов, пощупать и попробовать на зуб то, что попадется ему на пути. Чтобы кроха не скучал, включите ему музыку или сказку и потихоньку выйдите из комнаты. Но как только малыш позовет, возвращайтесь независимо от того, будет это через минуту или через десять. Зная, что мама всегда приходит на его зов, кроха будет спокойно оставаться на некоторое время один.

**Не пытайтесь в целях безопасности ограничить малыша в движении или постоянно страховать.** У здорового, активного ребенка это вызовет бурю негодования. Лучше наоборот поощряйте его делать новое «упражнение» снова и снова, пока навык не будет доведен до совершенства. А познавая на собственном опыте закон всемирного тяготения и некоторые неприятные свойства предметов, кроха лучше будет реагировать на ваши немногочисленные запреты.

Если, познавая мир, малышу не придется продираться через лес ваших предрассудков, страхов и запретов и при этом он будет знать, что вы всегда готовы прийти на помощь, если вы будете постоянно показывать, что доверяете ему, уважаете его мнение, многих конфликтов удастся избежать.

**Очень часто конфликты возникают из-за того, что родители пытаются по своему усмотрению регулировать нормальные биологические потребности ребенка:** насильственно кормят, когда он не голоден и тем, что ему не нравится, укладывают спать, когда он полон сил, кутают, когда тепло или, наоборот, интенсивно закалывают, когда холодно.

**У всех детей разные потребности в еде.** Если малыш здоров, нормально развивается и у него нет проблем с кишечником, не давите на него. Ребенок, как и любое живое существо, не даст себе умереть с голоду и обязательно поест, когда проголодается. Насильственное же кормление приводит только к конфликтам. Обеды и ужины, сопровождаемые уговорами, угрозами, скандалами на долгие годы превращаются в кошмар для всей семьи. У ребенка вырабатывается отвращение к

самому процессу еды и в итоге могут развиваться серьезные заболевания: дискинезия желчных путей, гастрит, даже язва и тогда уж действительно придется думать о лечебном питании.

**Многие дети протестуют, когда их кормят с ложки.** Предложите крохе есть самостоятельно. Скорее всего, он станет окуна́ть пальчики в кашу и облизывать их. Не беспокойтесь насчет хороших манер: подражая вам, он очень скоро научится пользоваться ложкой. Если у малыша уже достаточно зубов, давайте ему то, что можно удержать руками: вареную картошку или цветную капусту, целый яичный желток, паровую котлетку или оладью из каши. Оказавшись хозяином положения, малыш, возможно, будет есть охотнее.

Если вы придерживаетесь нетрадиционной системы питания, не стоит настаивать, чтобы ей следовал и ребенок. Вреда для здоровья будет гораздо меньше, если вы насыплете малышу ложку сахара в кашу или изредка дадите ему вожаделенный кусок курицы, чем если каждая трапеза будет сопровождаться скандалами.

**Тоже самое можно сказать и о любых других способах оздоровления:** если вы любите ходить босиком по снегу, купаться в проруби, париться в бане, заниматься йогой, ни в коем случае не заставляйте делать это ваших детей, если они возражают: насильственные процедуры не принесут пользы и лишь станут еще одним поводом для конфликтов.

**Не стоит создавать проблему и из сна.** Ребенок все равно будет спать тогда и столько, когда и сколько ему необходимо, а все попытки уложить его раньше времени и продержать в кровати подольше приведут лишь к скандалам. Понаблюдайте за малышом и помогайте ему придерживаться того режима дня, который он сам для себя выберет. Активные, любознательные дети после трех лет часто вообще отказываются от дневного сна. Замените его чтением или тихими играми, а вечером укладывайте малыша на час-два раньше обычного.

**Один из главных «камней преткновения» во многих семьях – это уборка и порядок в доме.** Пока малыш не подрастет, вам вряд ли удастся воссоздать у себя интерьер из модного журнала. И не стоит ломать из-за этого копья. Главное украшение вашего дома – ваши дети. Уберите подальше все то, что ребенок может сломать или испачкать. И постарайтесь не слишком отчаиваться по поводу разбитой вазы, чтобы у малыша не создалось впечатление, что эта ваза вам дороже, чем он сам. Детскую старайтесь сразу обустроить так, чтобы в ней можно было лепить из пластилина и играть в волейбол, развешивать на стенках рисунки и устраивать уютные «норки», не боясь за судьбу антикварного ковра, дорогих обоев и шикарной мебели.

После двух лет большинство детей с удовольствием принимают участие в уборке. Но если малыш категорически отказывается убирать за собой, не стоит настаивать. Попробуйте спрятать часть игрушек; быть может, их так много, что сам вид пола, усеянного «сокровищами», приводит его в уныние. Если это не помогает, не расстраивайтесь. Просто каждый раз обращайтесь к крохе на то, как хорошо и уютно стало в доме после того, как вы прибрались. Привыкнув к порядку в доме, малыш со временем и сам научится его поддерживать.

**Года в два – два с половиной с малышом уже можно договориться, что нельзя брать без спроса и нарочно портить то, что ему не принадлежит:** личные вещи других членов семьи, дорогую технику и т.д. Но нельзя запрещать малышу разбирать и ломать свои игрушки: он делает это, чтобы узнать, как они устроены. Не нужно ругать малыша и за то, что он проявляет агрессию по отношению к своим зверушкам и куклам: это своего рода «тренажеры», на которых он отрабатывает разрешенные и запретные модели поведения, «снимает» обиду или раздражение. Лучше подобрать впавшего в немилость мишку и сокрушенно сказать: «Ай-ай-ай, бедному Мишутке больно! Сейчас я его пожалею. И Петенька его поцелует». Если малыш не хочет мириться с медведем, не настаивайте, важно просто обозначить свое отношение к ситуации.

**Очень часто причиной конфликта становятся завышенные требования родителей.** Воодушевленные современными методиками раннего развития или успехами знакомых детей, родители начинают требовать от малыша немедленных результатов в чтении, письме, плавании, ... Кроха старается изо всех сил и никак не может понять, почему никто не замечает его маленьких, но таким трудом достигших достижений. Отчаявшись, он теряет интерес к делу, начинаются ссоры, скандалы. Но если занятия подрывают вашу взаимную любовь, они теряют всякий смысл. Создайте условия, в которых малыш сможет активно развиваться, поощряйте его тягу к познанию, но не теребите и не гоните. Дайте ему быть самим собой и не ждите, что когда-нибудь он станет вашей улучшенной копией, воплотив в жизнь ваши нереализованные устремления и амбиции. Нередко конфликты возникают просто потому, что мы не даем себе труда выслушать ребенка и вникнуть в то, что он нам говорит. Никогда не начинайте ругать и наказывать малыша, пока не выслушаете его объяснения: возможно, окажется, что он не так уж и провинился.

**Есть ряд конфликтов, избежать которых не удастся никому. Связаны они со становлением характера малыша.** Примерно к двум годам ребенок начинает осознавать себя как самостоятельную, отдельную от мамы личность и начинает экспериментировать, определять границы дозволенного. Малыш буквально доводит родителей до исступления, как будто специально нарываясь на наказание. Тут уж надо проявить твердость. Толково и внятно объясните шалуну, что и почему вы не разрешаете ему делать, и, если он продолжает упорствовать, обязательно накажите. Если родители позволяют малышу делать все, что заблагорассудится или накладывают и отменяют запреты в зависимости от настроения, кроха, не видя четких границ между тем, что можно и тем, чего нельзя, чувствует себя очень тревожно и неуверенно. Если вы, все же, отменяете обычный запрет, обязательно объясните, почему вы так поступаете. Например: «Мы перекусим на улице, потому что не успеем к обеду домой» и т.д.

**Бывают и другие нелегкие периоды в жизни малыша: кризисы трех и семи лет, когда даже уравновешенные дети вдруг становятся плаксивыми, капризными, раздражительными.** Будьте готовы к этим переменам и не слишком сердитесь на кроху. Дайте малышу понять, что вы понимаете, как ему сейчас нелегко, расскажите, что вы все равно любите его. Постарайтесь не планировать на

эти периоды серьезных перемен в жизни малыша, не ведите слишком активную жизнь, и через несколько месяцев все станет на свои места.

**Если вы все же не видите причины дурного поведения ребенка, подумайте: достаточно ли вы уделяете ему внимания, часто ли ласкаете, берете на руки.** Очень часто, отчаявшись привлечь к себе внимание, дети начинают вызывая себе вести, чтобы компенсировать недостаток родительского тепла хотя бы наказанием. Даже если вы не в состоянии проводить с крохой больше времени, постарайтесь с пользой использовать каждую из драгоценных минут: потратьте их не на нотации и скандалы, а на веселую игру, разговор по душам. Начните хвалить малыша даже за то, что кажется вам совершенно естественным и не заслуживающим особого внимания, и вы увидите, как его поведение изменится прямо на глазах.

**Если конфликта избежать не удастся, нужно хотя бы соблюдать некоторые правила, чтобы он не превратился в бессмысленный семейный скандал.**

- Четко объясните ребенку, что в его поведении вас рассердило.
- Не устраивайте длинных нотаций: дети, особенно мальчики, перестают вникать в смысл ваших претензий уже на второй-третьей минуте.
- Не запугивайте ребенка и не спекулируйте на его чувствах: никогда не говорите, что не будете его любить или что, наоборот, это он вас не любит. Не грозите бросить малыша или отдать в детский дом.
- Постарайтесь держать себя в руках и не пугать кроху криками, слезами и другими бурными эмоциями.
- Не навешивайте на ребенка «ярлыки». Дети легко программируются, и, постоянно слыша, что он «лентяй», «драчун», «неряха» малыш не только исправится, но, наоборот, станет именно таким, каким вы его описываете. Лучше называйте действия, которые вам не нравятся: «Мне неприятно, что ты меня обманул», «Я не хочу, чтобы ты дрался» и т.д.
- Наказание должно быть адекватным провинности и не унижать личность ребенка.
- Детей до трех лет лучше всего просто шлепнуть по попе. Вопреки распространенному мнению, это – наименее унижительное и травмирующее наказание (речь, конечно же, не идет о настоящих побоях, хотя шлепок может быть весьма чувствительным).
- Расшалившегося малыша можно ограничить в движении: поставить ненадолго в угол, посадить на стул.
- Скандалистов, любящих «работать на публику», оставьте на некоторое время в одиночестве. Без аудитории они сразу угомонятся.
- В качестве наказания можно на некоторое время запретить ребенку смотреть мультики или играть на компьютере, не пустить к приятелю, но никогда не лишайте малыша подарка или долгожданного развлечения, которое было уже ему обещано: он воспримет это не как наказание, а как обман.
- Самое страшное наказание для малыша – это бойкот. Никогда не применяйте его. Лишившись вашей моральной поддержки, возможности общаться

с вами даже на час, кроха почувствует себя бесконечно одиноким, и это может привести к настоящему нервному срыву.

- Конечно же, каждый из нас всего лишь человек и способен допустить несправедливость, сорваться, незаслуженно обидеть малыша в пылу ссоры. Если вы поняли это, найдите в себе мужество извиниться перед ребенком, признать, что были не правы. Не бойтесь, это не только не подорвет ваш авторитет, но и сделает ваши отношения более теплыми и доверительными. Не стоит и чрезмерно заострять внимание малыша на конфликте: выяснили все, помирились и стали жить дальше, стараясь не попрекать кроху его старыми проступками.

Воспитание – не столько наука, сколько искусство, и здесь нет и не может быть готовых рецептов. Но если вы будете чутко прислушиваться к своей интуиции, голос вашей любви подскажет вам, как избежать конфликтов с малышом или разрешить их, не ранив душу ребенка, не подрывая его любовь