

КАК
СПРАВИТЬСЯ С
КАПРИЗАМИ
РЕБЁНКА ПРИ
РАСТАВАНИИ

РОДИТЕЛЯМ?



"Почему ты плачешь?"

Этот вопрос тысячу раз задают родители своим маленьким детям, которые цепляются за них и рыдают, не позволяя выйти из дому или детского сада.

- Машенька, мама пойдет на работу, заработает денежек и купит Машеньке ботиночки. Машенька хочет ботиночки?..

-Да! Аа-а!!!

- А Машенька будет с бабушкой. Машенька любит бабушку?

-Да! Аа-а!!!

- А бабушка даст Машеньке конфетку! Машенька хочет конфетку?

-Да! Аа-а!!!

- Ну почему же ты плачешь?!!

-Аа-а!!!

Понять, почему ребенок плачет, если, казалось бы, его все устраивает (и ботиночки хочет, и бабушку любит, и от конфетки не отказывается), почти невозможно.

Сам ребенок тоже ни за что не сможет объяснить причину того, почему он не хочет отпустить маму и остаться с бабушкой. Даже спрашивать его об этом по меньшей мере бесполезно, а иногда и вредно (по интонации вопроса он чувствует, что им недовольны, и переживает, что расстроил или обидел маму).

Почему же он плачет?

**Он плачет, потому что
слезы - единственный
способ, которым ребенок
может показать, что он**

Ребенок не боится остаться без мамы, он не думает, что ему будет плохо с бабушкой, его просто беспокоит ситуация расставания.

БЕСПОКОИТСЯ.

А еще он беспокоится за маму: как она там, без него?

Взрослые наделяют слезы более трагическим смыслом, чем дети. Взрослые плачут в тяжелом горе, в отчаянии, при сильной боли. При виде плачущего ребенка взрослый теряет себя: он знает по своему опыту, как трудно утешить горюющего человека, слезы ребенка затрагивают болезненные чувства и воспоминания взрослого, и он готов сделать все, лишь бы слезы прекратились.



Ребенок же слезами "разговаривает".

Фактически разговор с Машенькой был таким:

- Машенька, мама пойдет на работу, заработает денежек и купит Машеньке ботиночки. Машенька хочет ботиночки?..
- Да! Но при чем тут ботиночки, неужели я должна менять тебя на ботиночки? Аа-а!!!
- А Машенька будет с бабушкой. Машенька любит бабушку?
- Да! Если я плачу о тебе, получается, что я не люблю бабушку! Я ее так этим обижаю! Это ужасно! Аа-а!!! Бабушку жалко!!!
- А бабушка даст Машеньке конфетку! Машенька хочет конфетку?
- Да! Ты думаешь, что бабушка даст мне конфетку, но я так ее обидела! Я такая плохая девочка, разве кто-нибудь даст конфетку такой плохой девочке! Аа-а!!! Конфетку хочется!!!
- Ну почему же ты плачешь?!!
- Из-за тебя! Из-за ботиночек! Из-за бабушки! Из-за конфетки! Аа-а!!!

Мама Машеньки может думать, что девочка переживает ее уход, однако, предлагая так много других тем, она сама отвлекает дочку от переживания расставания, и ситуация отношений мамы и дочки превращается в ситуацию отношений ребенка со множеством других людей и вещей - и ребенок теряется!

Ребенок хочет говорить именно о расставании, а то, что он плачет, показывает, как сильно он хочет об этом говорить. Об уходящей маме, о том, что с ней будет, о том, когда она вернется, о том, как она его любит и сочувствует ему, маленькому человеку, который осваивает новый опыт расставаний и встреч. Мама, которую плачущий малыш "вернул с порога", которая решила "не травмировать" ребенка и вопреки своим планам и желаниям осталась дома, тем самым просто "откладывает" разговор о расставаниях и встречах.

Такой разговор обязательно рано или поздно состоится, и ребенок снова будет использовать для разговора все свои возможности: слова, слезы, капризы, манипуляции...



Зачем прощаться?

Наверно, многие взрослые переживали огромный соблазн вообще избегать прощаний: ребенок отвернулся, а ты на цыпочках и - в двери. Конечно, после таких расставаний на душе кошки скребут и хочется вернуться посмотреть, как он там (что, конечно, не улучшает настроение на работе), зато слез не было (или, по крайней мере, при тебе не было).

Такой способ строить отношения с ребенком совсем не хорош ни для малыша, ни для родителей.

Вот четыре причины того, почему убежать не прощаясь плохо для ребенка:

- **ребенок видит, что родители боятся прощаний, и делает вывод, что расставания - это что-то очень страшное**, поэтому он сильнее старается удерживать около себя привычные и любимые вещи, очень много сил тратит на контроль того, что у него есть, и ему не хватает сил на новые знакомства; он может сторониться нового или быть агрессивным в новых контактах;
- **ребенок переживает, что родители считают его слишком слабой личностью для того, чтобы справляться с серьезными чувствами**; он может смириться с тем, что он "слабенький" и "ранимый", вести себя капризно и подражать маленьким, а может начать активно доказывать, какой он сильный и самостоятельный через агрессивное поведение с теми, с кем он остается без родителей. И то, и другое, к сожалению, - ложное лицо маленького человека, а

- ребенок ревнует родителей к их делам (к работе, друзьям, магазинам и парикмахерским); **ему кажется, что если родители тайно убегают от него куда-то, значит, они любят что-то ТАМ больше, чем его ЗДЕСЬ**; ему трудно будет научиться уважать работу родителей из-за этой ревности;
- **ребенок чувствует себя неполноценным членом семьи: его обманывают, с его чувствами не считаются**



А вот четыре причины того, почему убежать не прощаясь плохо для

родителей?

- ребенок, который **пытается установить новых контактов, будет сильнее и сильнее привязывать к себе маму**, не позволяя ей отходить от себя (иногда ни на шаг);
- **ребенок, который с помощью агрессии доказывает, что он достаточно большой и сильный**, чтобы с ним говорили серьезно, причиняет много хлопот, ссоря мам и пап с бабушками, нянями и воспитателями;
- ребенок, который ревнует родителей к работе и другим делам, **вынуждает их делить жизнь на "семью" и "работу" и испытывать чувство вины**;
- ребенок, который заметит, что **его обманывают**, может начать манипулировать и всегда найдет способ заставить родителей переживать, нервничать и опаздывать на свои важные встречи: слезами, жалобами, плохим сном, аппетитом и поведением. Вы спросите, неужели все эти проблемы могут обрушиться на родителей из-за такой мелочи?

А вот для ребенка умение прощаться и отпускать - вовсе не мелочь, а важный аспект истинно человеческих отношений.

Может быть, первый в его жизни опыт отношений в социуме, где ты - важен, но ты - не один.

Как лучше прощаться?

Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания.

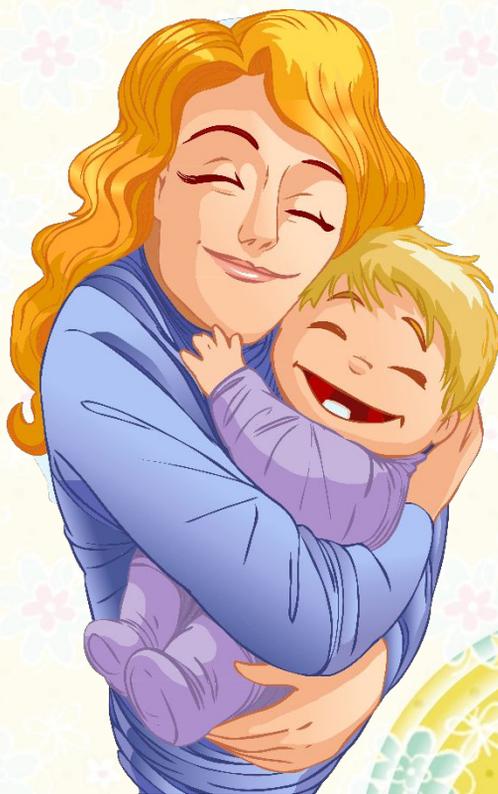
Для этого вспомним, что мы знаем о желаниях малыша, и решим, чего хочет взрослый.

Итак, ребенок хочет:

- знать, куда уходит мама;
- знать, когда она придет;
- быть уверенным, что с ним ничего не случится;
- быть уверенным, что с ней ничего не случится;
- быть уверенным, что она получает удовольствие от того, что делает, и ей там не хуже (хотя и не лучше), чем здесь.

В то же время взрослый хочет:

- обеспечить безопасность ребенка;
- не опоздать туда, куда идет;
- оставить ребенка в достаточно хорошем настроении;
- вернувшись, увидеть радость встречи в глазах своего малыша.



Постараемся совместить эти пожелания в одной

- Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, **соберитесь на 5-10 минут раньше.**
- Скажите честно ребенку, **куда и зачем вы идете** (только очень просто, например: "Я иду в парикмахерскую стричь волосы", или "Я иду на работу печатать на компьютере", или "Я иду к тете Лене пить чай"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, достаточно хорошее.
- Скажите точно малышу, когда **вы вернетесь**. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем удобно и понятно). Можно сказать: "Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время.
- Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, **что будет делать**: "Ты будешь с бабушкой. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать".
- **Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает**, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом: "Ну нет, живого цыпленка я не смогу тебе принести..." Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещицу (печенье, конфетку,

Сцены и манипуляции

Печаль и тревога ребенка - обязательная часть его понимания того, что он становится самостоятельнее,

а у мамы появляется все больше времени и желания заниматься разными делами, о которых он еще ничего не знает. Он плачет не потому, что "не подготовлен", а потому, что теперь он понимает: расставание - это грустно. Он стал взрослее!

Но вот вопрос: как справляется каждый ребенок со своей тревогой? Какие способы применяет и какие слабости взрослых использует?

Сцены, которые дети устраивают родителям, говорят о том, что малыши достаточно хорошо знают "слабые" места взрослых.

Например, если мама тревожится и чувствует вину из-за того, что работает, то ребенок с удовольствием переложит всю свою тревогу, связанную с расставанием (плачем и жалобами), на нее же. Устраивая сцены, он как бы думает: "Теперь за все тревожится мама, я могу быть спокоен!" - и действительно, потом спокойно играет и ждет маму. Так ведут себя многие дети. И об этом хорошо знают воспитательницы в детских садах, которые уговаривают мам (порой даже ругают): "Идите, все будет хорошо!"

**Эта сцена - для того, чтобы
ОСВОБОДИТЬСЯ от своей тревоги**

А вот если мама сама не очень уверена в том, что ее дела нужны и важны для нее, сомневается в выбранной профессии или месте работы, не чувствует себя достаточно энергичной, чтобы выйти из дома, то **ребенок обязательно остановит ее! Малыш, решая свои проблемы, еще и о маме заботится: тебе не очень хорошо там - НЕ ХОДИ!**

И он устраивает такую истерику! Или обижает няню или бабушку, или плохо ведет себя в садике, или даже болеет, или... Словом, он ведет себя так, что мама "разводит руками" и говорит: "Ну разве я могу выйти на работу: он у меня такой тревожный (боязливый, непослушный, болезненный, драчливый и т. д.)".

Мама огорчается, что сын или дочка ее от себя не отпускает, но, возможно, даже рада, что так решилась проблема с ее собственным определением.



Как избежать сцен и манипуляций?

Ребенок чувствует, что "сцены" портят его отношения с родителями, а манипуляции мешают ему активно развиваться, поэтому он будет рад, если родители смогут с этим справиться. **Сам он "остановиться" не может, ведь таким поведением он защищает себя от тревоги!**

Победить "сцены" помогут "ритуалы".
"Ритуал" - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

- на три минутки берет малыша на руки;
- целует и говорит, куда уходит и когда придет;
- просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.);
- говорит "спасибо" и "пока-пока";
- если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;
- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;
- уходит.

Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением.

Ритуал помогает потому, что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

Фразы, которые ухудшают ситуацию?

Вот 5 фраз, которые мамы произносят, отчаявшись убедить ребенка в том, что им нужно уйти по делам:

- "Ты же сам говорил (говорила), что с бабушкой хорошо, почему ты теперь не хочешь с ней оставаться?";
- "Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!";
- "Ну пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!";
- "Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!";
- "Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!".

Важно помнить: **эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК.**

Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. **Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие, капризничает.**

Искусство успокаивать ребенка

Чтобы успокоить ребенка, **нужно ему СОЧУВСТВОВАТЬ** и верить, что малыш ничего не делает "назло", он просто переживает еще непонятное ему взросление.

Предлагаем три способа показать ребенку, что вы ему сочувствуете.

- Взять ребенка на руки (посадить на колени, прижать к себе), покачать, как маленького, погладить и сказать, что **вам действительно жаль его, ведь он так сильно расстраивается!**
- Подумать, отчего именно **ВАШ ребенок расстроен больше всего, и сказать ему об этом** (ведь сами дети чаще всего не могут рассказать словами о своих переживаниях). Например: "Тебе так не хочется идти в садик!", или "Ты так боишься, что я поздно вернусь!" или что-нибудь еще, ведь каждая мама очень хорошо чувствует, что именно тревожит ЕЕ малыша, только не всегда говорит об этом вслух.
- Выслушать все сердитые и обидные слова, которые говорит ребенок, не оправдываясь, ведь главное сейчас - **это переживания ребенка, а не переживания сочувствующего взрослого.**

Важно помнить, что при расставании именно ребенок нуждается в утешении, а вовсе не взрослый, озабоченный собственными переживаниями.

Успокаивая ребенка, не ждите от него прощений, разрешений и оправданий для себя!