

- Чем сильнее наша реакция – тем сложнее: **спокойно и уверенно!**
- Хвалить, когда справился со своими эмоциями.

## ПРАВИЛА В ЖИЗНИ МАЛЕНЬКОГО РЕБЕНКА

**«Роль взрослого – с любовью учить детей соблюдать границы, иначе мир научит их этому без любви»**

- Правила важны для развития ребенка – ребенку так легче!

Не стоит надеяться, что ребенок будет учиться всему с первого раза. Это так не работает. Непослушание может повторяться неоднократно пока ребенок не освоит правило. Ищите подходящие способы объяснять и побуждать ребенка к позитивным способам поведения по несколько, а иногда и по много раз.

- Помните, что правила проникают в сознание извне: то, что сначала было внешним запретом, со временем становится запретом внутренним.
- Слово «нельзя» ребенок должен слышать – это помогает осваивать границы дозволенного. Взрослые должны понимать – ребенок будет нарушать правила и это нормально!
- Первые запреты касаются:
  - причинения боли себе;
  - причинения боли другим;
  - причинения вреда материальным ценностям.

### КНИГИ:

- Е.Кес «Азбука чувств и эмоций».
- Петрановская Л. «Тайная опора: привязанность в жизни ребенка».

**ТЕРПЕНИЯ ВАМ И МУДРОСТИ!**

Проект  
«Факультет родительских наук»  
БФ «Дорога к дому»  
компании «Северсталь»

Серия  
«В помощь родителю»

Составитель:  
доцент кафедры психологии и педагогики  
Вологодского государственного университета,  
кандидат психологических наук  
Вадурина Елена Николаевна.

Проект осуществляет свою деятельность  
на базе БУ СО ВО «Территориальный центр  
социальной помощи семье и детям»  
г. Вологда, ул. Энгельса, д. 61



Руководитель проекта:  
**Кондакова  
Светлана Григорьевна**



8 (8172) 54-41-43  
+7 (921) 149-49-75



fakultet35@mail.ru  
<https://родителям35.рф> и [дорога-к-дому.рф](https://дорога-к-дому.рф)



**Северсталь**

## ОСОБЕННОСТИ И ТРУДНОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ДО 3 ЛЕТ

Проект «Факультет родительских наук»  
БФ «Дорога к дому» компании «Северсталь»

Серия «В помощь родителю»



Уважаемые родители, предлагаем информацию, которая позволит вам понимать, что является нормой развития маленького ребенка, чем объясняются трудности в поведении, как взрослые могут помогать.

### ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТА:

- Формируется эмоциональная привязанность: ребенок нуждается в тактильном контакте, объятиях, мамином присутствии.
- Приобретаются первые социальные навыки.
- Развивается умение взаимодействовать с предметами.

**Мир предметов, вещей** – самый важный мир для ребенка этого возраста – родители и значимые люди, они помогают открывать свойства этих предметов и показывают, как с ними обращаться.

Умения родителей терпеливо показывать и рассказывать о разных предметах, пояснять, вместе их исследовать позволяют малышу благополучно развиваться и приобретать собственный опыт обращения с миром вещей.

- Эмоциональная сфера ребенка в раннем возрасте неустойчива. Дети импульсивны в своих поступках, их внимание быстро переключается с одного на другое, им очень сложно выдерживать лишения (жажду, голод и др.). А потому малыши могут очень остро испытывать своих родителей на эмоциональную устойчивость.
- У маленьких детей процессы возбуждения (вызывают деятельность и усиливают ее) преобладают над процессами торможения (ослабляют или прекращают деятельность): если ребенок разбегается, раскричится родителям сложно быстро остановить и успокоить. Это особенность возраста!
- Малышу очень сложно успокоиться самому, когда он злится, горюет, пугается.

Исследования показывают, что в этом возрасте формируются зоны головного мозга, отвечающие за способность ребенка регулировать себя. Поначалу родитель выступает для него контейнером самых разных чувств. Контейнировать – значит быть способным

воспринимать, принимать и возвращать ребенку его чувства в адекватной форме: «Я вижу, как ты злишься, как тебе плохо, когда у тебя что-то не получается. Вместе с тем я здесь, я с тобой».

**То, что связано с возрастом, мы не можем изменить – только принять!**

### О ЧЕМ НЕОБХОДИМО ПОДУМАТЬ РОДИТЕЛЯМ, ЕСЛИ РЕБЕНОК СЕБЯ «ПЛОХО» ВЕДЕТ.

- Такое поведение ребенка всегда имеет причину. Подумать и ответить на вопрос: почему мой ребенок сейчас себя так ведет?
- Причина – трудности, с которыми ребенок не справляется. А поведение – это сигнал родителям, просьба обратить на него внимание и помочь.
- Нарушение режима сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.
- В этом возрасте у детей эмоций больше, чем контроля. В силу возраста и незрелости определенных частей мозга, ребенок не в состоянии удерживать себя от проявления эмоций. Как безудержно ребенок может радоваться и смеяться, так же безудержно ребенок может злиться и крушить все вокруг. Важно помнить, что ребенок в таком возрасте еще не способен сдерживаться, продумывать последствия, следить за собой, быть удобным.
- Наши ожидания могут быть не по возможностям ребенка. Маленький ребенок в силу возраста не может быстро успокоиться, спокойно сидеть на одном месте или стоять с вами в очереди, быть терпеливым и т.д.

### АГРЕССИЯ МАЛЕНЬКОГО РЕБЕНКА: СПОСОБЫ ПОВЕДЕНИЯ ВЗРОСЛОГО.

- Оставаться во взрослой позиции.
- Говорим о чувствах своих и других людей (дети в этом возрасте не понимают, что другим больно).
- Реагировать спокойно – это не игра!
- Снимать с рук, увеличивать дистанцию.
- Крепко обнять.

### Работа по коррекции агрессивного поведения детей будет наиболее эффективна при соблюдении взрослыми следующих правил:

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребёнка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
3. Быть последовательным в наказаниях ребёнка. Наказывать за конкретные поступки.
4. Наказание не должно унижать ребёнка.
5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
6. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
7. Развивать способность к эмпатии.
8. Расширять поведенческий репертуар ребёнка.
9. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
10. Учить брать ответственность на себя.

### КРИЗИС 3 ЛЕТ. СМЫСЛ И ЗАДАЧИ КРИЗИСА ДЛЯ РЕБЕНКА:

- Осознание себя отдельным человеком.
- Умение не соглашаться и говорить «нет».
- Потребность отстаивать свою позицию и не соглашаться появилась, а взрослых способов это делать у ребенка еще нет.

#### Что делать родителям?

- С позиции взрослого смотрим (напоминаем себе - сколько мне лет?).
  - Можно переключить.
- Наша цель – переключить внимание ребёнка с его возражений на другую мысль. Детям в этом возрасте нравится возражать вслух и слушать самих себя. Когда мы предлагаем им выбор, мы отвлекаем их от этих возражений.
- Застывание – **переждать!**