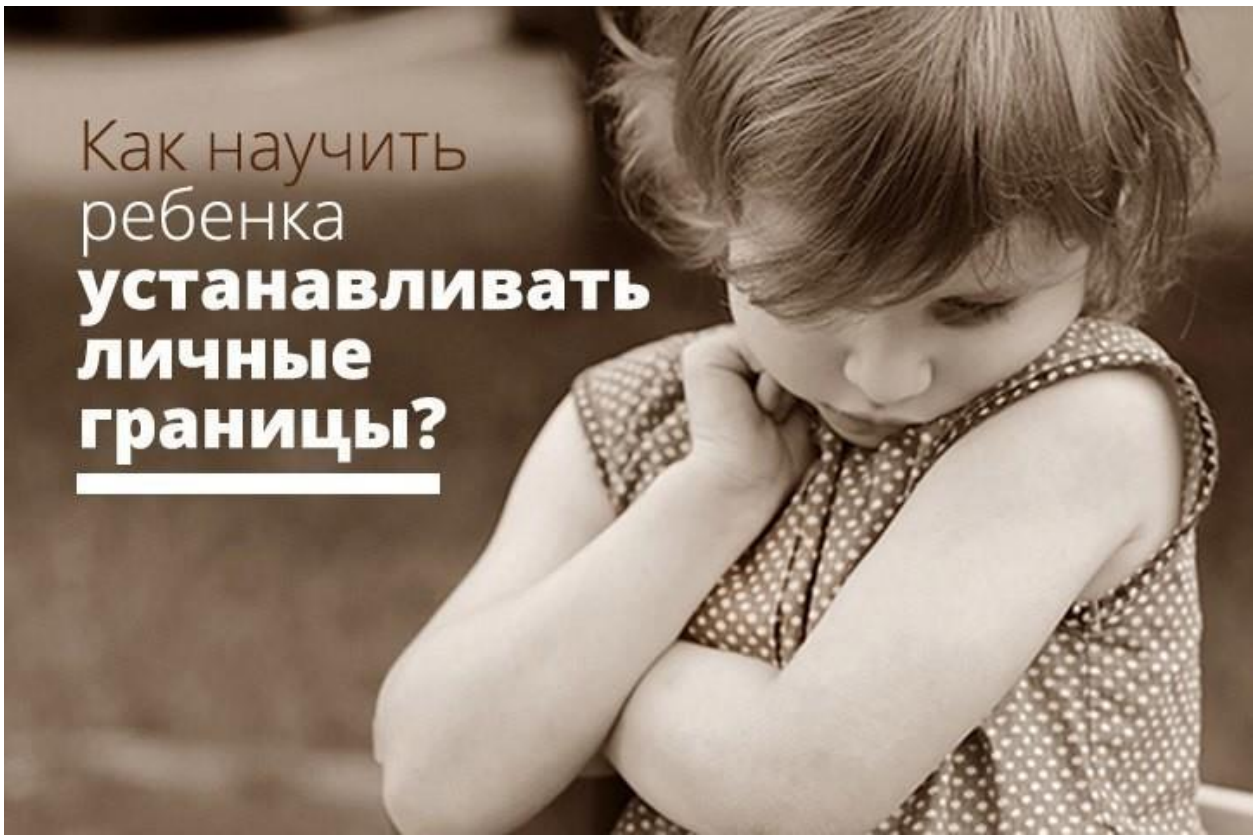

Ребенок в младшем дошкольном возрасте не умеет тормозить свои импульсы. Невыносимо тяжело придерживаться советов психологов: «контейнировать», договариваться, терпеть крики и отказы, идти на уступки, менять планы - и все ради маленького принца или принцессы. Как же сложно делать все «по-правильному». В итоге мать к концу дня выжата, как лимон. Ребенок высасывает всю энергию.

Для некоторых родителей разворачивается страшный сон наяву – ребенок отказывается есть, швыряет все, бьет и обижает всех членов семьи, не ходит за ручку по оживленным улицам, убегает, отказывается от всех предложений, соглашается только после разъяснений и уговоров. Важно установить границы в ваших отношениях.

Что могут родители:

1. При детях ошибаться, не скрывая своих переживаний в случае провала. А могут очень радоваться в случае победы.
2. Благодарить ребенка и извиняться, если были не правы.
3. Могут признать при ребенке свой стыд, признавая тем самым свое несовершенство, когда, например, что-то не знают.
4. Показывать ребенку границы: стучать в его комнату и ждать, когда он разрешит войти. Но и просить ребенка без стука не входить в свою комнату.
5. Говорить «нельзя» и объяснять почему.
6. Перестать манипулировать и шантажировать (Если ты не закончишь школу с золотой медалью, мы перестанем тебя любить).
7. Перестать решать вместо ребенка что, когда и каким образом он должен делать, думать и чувствовать (не смей обижать на папу; хватить ныть из-за ерунды; ты будешь балериной, а не врачом, мама лучше знает).
8. Отстать от ребенка в навязывании своих вкусов в его одежде и интерьере его комнаты.
9. Не винить его в том, что он ошибся, забыл, потерял. Тогда он не будет думать, что надо быть Всемогущим.
10. «Выносить» эмоциональные всплески ребенка, а если терпеть нет сил, то организовывать себе профессиональную поддержку – ходить к психологу и вываливать на него все свое напряжение. Ребенок не должен быть в ответе за ваше бессилие.