



# 365

## СОВЕТОВ

по развитию  
и воспитанию ребенка  
от 1 до 3-х лет

от  
1  
до 3-х  
лет

**Е. Кирилловская**  
**Татьяна Юрьевна Яновская**  
**365 советов по**  
**развитию и воспитанию**  
**ребенка от 1 до 3 лет**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=638755](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=638755)*  
*365 советов по развитию и воспитанию ребенка от 1 до 3 лет:*  
*Книжкин дом, Астрель; Москва; 2008*  
*ISBN 978-5-17-054957-3, 978-5-271-21519-3*

### **Аннотация**

Вашей радости не было предела, когда малыш сделал свои первые неуверенные шаги, но сейчас вы начинаете понимать, что впереди вас ждут не только новые открытия, но и новые беспокойства. У вас уже иссякло воображение в попытках придумать что-нибудь, чтобы его развлечь? Он регулярно устраивает «концерты», а вы не знаете, как направить его энергию в мирное русло? Как воспитывать? К чему быть готовым? О чем нужно знать, чтобы ваш малыш рос здоровым, крепким и жизнерадостным? Ответить на эти и многие другие вопросы вам поможет книга «365 способов выжить с ребенком от 1 до 3 лет»

# Содержание

Вместо предисловия	5
<b>РАЗВИТИЕ МАЛЫША</b>	<b>6</b>
1. Маленькое беззубое чудо	7
2. Развитие двигательной активности: 12–18 месяцев	8
3. Развитие речи: от 12 до 18 месяцев	9
4. Спутанная, нечеткая речь: 12–18 месяцев	10
5. Социальное развитие: 12–18 месяцев	11
6. Прощаемся с бутылочкой	12
7. Развитие речи: от 18 до 24 месяцев	13
8. Развитие двигательной активности: от 18 до 24 месяцев	14
9. Прощаемся с соской	15
10. Развитие двигательной активности от 2 до 3 лет	16
11. Карабкаемся наверх	17
12. Если ребенок не говорит	18
13. Проблемы с речью	19
14. Заикание?!	20
15. Исследуем мир	21
16. Взросление малыша	22
<b>ПЕРВЫЕ ШАГИ</b>	<b>23</b>
17. Первые шаги: падения и ушибы	25

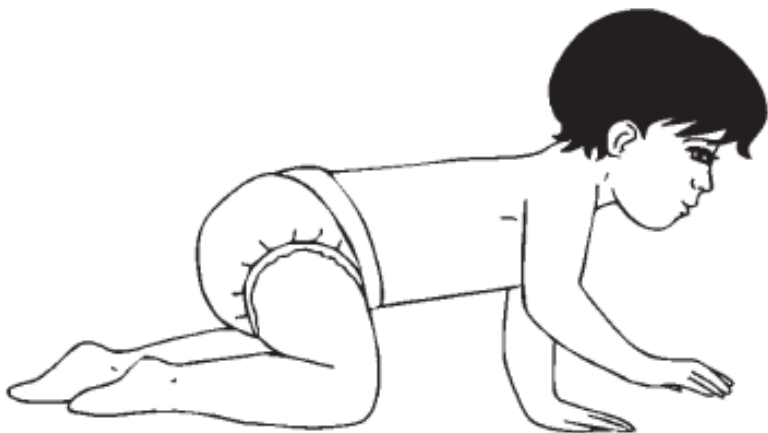
18. Когда малыш не торопится делать первые шаги	26
19. Правильная обувь	27
20. Ручки-ножки	29
<b>ПОВЕДЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ МАЛЫША</b>	<b>30</b>
21. Нет, сейчас!	32
22. Понимаешь «Нет»? – «Нет, еще нет»	33
23. «Нет» значит «Я не знаю!»	34
24. «Нет» значит «Нет!»	35
25. Десять различных способов сказать «нет»	36
26. Не ворчи на меня, мама!	38
27. Если малыш кусает и хватает	39
28. Воображаемые друзья	40
29. Воспитательный момент 1	41
30. Воспитательный момент 2	42
31. Как разговаривать с малышом	43
32. Маленький домашний вредитель	44
33. Поза «шутки в сторону»	45
34. Плохие слова	46
Конец ознакомительного фрагмента.	47

**Е. Кирилловская,  
Т. Яновская**  
**365 советов по  
развитию и воспитанию  
ребенка от 1 до 3 лет**

**Вместо предисловия**

Прошел, пролетел целый год, ваш малыш подрос и окреп. Это чудо/ ангел/исчадие ада (актуальное в данный момент подчеркнуть) занимает все ваше свободное время и все ваши мысли. Активно исследуя этот мир, он доставляет вам не только радость, но также и массу хлопот. Безусловно, любовь – главный помощник в воспитании детей, а интуиция должна подсказать, что именно подходит для вашего малыша. В этой книге вы не найдете точных рецептов, да их и не существует, но, хочется надеяться, что некоторые идеи покажутся вам полезными, развеют ваши сомнения, помогут преодолеть трудности. В этой книге вы найдете советы мам и пап со стажем, ученых мужей, знакомых с теорией и практикой не понаслышке.

# РАЗВИТИЕ МАЛЫША



# 1. Маленькое беззубое чудо

Вы с нетерпением ждете, что к первому дню рождения малыша у него начнут прорезаться зубки. Но это происходит далеко не всегда. «Что же делать?» – волнуетесь вы. Да в общем-то, ничего делать не нужно, кроме как терпеливо ждать. Первые передние зубки, которые появляются вверху и внизу, помогают разрывать пищу, но не пережевывать. А твердые десны с намечающимися на поверхности зубками вполне справляются с этой задачей. К тому же годовалый малыш еще просто не знает, что твердые продукты, например, яблоко нужно кусать, поэтому вам в любом случае придется его измельчить. Если к 15 месяцам так и не появился ни один зубик, нужно проконсультироваться с детским зубным врачом, чтобы исключить патологию формирования зубов у вашего малыша. (Таких случаев буквально один на миллион, так что не спешите паниковать.)

## **2. Развитие двигательной активности: 12–18 месяцев**

Достигая этого возраста, ребенок начинает ходить, на этом этапе развитие двигательной активности быстро прогрессирует. Научившись ходить, ему уже интересней бегать. Ползание не входит в его планы, так как он уже знает другие способы передвижения. Не забудьте запечатлеть на видео этот исторический момент. Теперь, когда малыш уже может ходить и бегать, перед ним открывается новый рубеж – ступеньки. Детям обычно легче научиться спускаться, чем подниматься, но к 18–22 месяцам они полностью овладевают и этим навыком.

Мелкая моторика развивается в течение длительного времени, в результате чего ребенок овладевает письмом, учится бросать и ловить предметы, управлять джойстиком в компьютерной игре. А пока что координация сводится к простому навыку держания в руках мела, чтобы нарисовать какую-нибудь абстрактную фигуру на листке бумаге.

### **3. Развитие речи: от 12 до 18 месяцев**

Первое слово, произнесенное малышом, помимо односложных «ма» и «ба», останется в вашей памяти навсегда. За первым драгоценным словом следует второе, и, глядишь, их уже десять, затем двадцать. Имея в запасе около 30–40 слов, малыш начинает их связывать в отдельные фразы: (которые, возможно, кажутся ему одним словом) «не буду», «спасибо», «не хочу». В этом проявляются экспрессивные речевые достижения. Рецептивные же языковые навыки достигают в этот момент более высокого уровня. Проще говоря, ребенок понимает гораздо больше, чем может сказать. Это хорошо знакомо тем, кто когда-то пытался выучить иностранный язык: понять намного легче, чем повторить фразу или правильно на нее отреагировать. Таким образом, в этом возрасте ребенок говорит несколько слов, понимает и демонстрирует свое понимание несложных просьб, таких как: «Дай мне мячик», «Покажи, где твой носик» и т. д.

## **4. Спутанная, нечеткая речь: 12–18 месяцев**

Для многих семей вопрос о первых словах малыша вызывает некоторую тревогу и смятение. Если к 13–14 месяцам родители не слышат ни одного членораздельного слова, возникают мысли: «А нормально ли это?», «Все ли в порядке с ребенком?». Многие дети к 12 месяцам, помимо слов «мама» и «папа», говорят еще какое-нибудь слово, но чтобы говорить больше слов, 90 процентам детей требуется до 21 месяца.

Чаще всего появляется некоторый микс четкой и нечеткой речи. Детям просто нравится экспериментировать со звуками, и им не важно какое слово получается в итоге. Однако если большинство слов, которые малыш пытается сказать, звучат спутано и нечетко, возможны два варианта проблемы: рот (артикуляция) и горло (вокализация). В обоих случаях требуется консультация нескольких специалистов: логопеда, ЛОР-врача, педиатра, занимающегося патологией детского развития, невролога.

## **5. Социальное развитие: 12–18 месяцев**

Совмещая свои моторно-двигательные и языковые навыки, малыши пытаются их применить на площадке со сверстниками и родителями. Поэтому социальное развитие обусловлено проявлением личности вашего ребенка в условиях, когда в его распоряжении есть необходимые инструменты общения. Спокойный, тихий ребенок использует эти навыки в новых ситуациях общения с незнакомыми детьми. Шумный, беспокойный ребенок ни минуты не сидит на месте, хватая чужие вещи, ломает игрушки других детей. Некоторые дети легко адаптируются к новой обстановке, к общению с воспитателями, учителями, родителями своих сверстников, в то время как другие дети «держатся за мамину юбку». Другими словами, социальное развитие малышей довольно индивидуально и непредсказуемо, при этом каждому малышу необходимо ощущение полной защищенности.

## 6. Прощаемся с бутылочкой

Как только малыш научится пить из чашки, избавляйтесь от всех бутылочек раз и навсегда. Купите разные детские чашки с дырочками в крышках. Лучше потерпеть слезы и вспышки гнева по этому поводу в 13–14 месяцев, чем в два года. После первого дня рождения аппетит вашей крохи заметно снизится, поэтому пить она тоже не будет так часто. Специалисты утверждают, что питье из бутылочки может быть источником проблем, таких как воспаление уха (от того, что ребенок пьет лежа), диарея и даже кариес.

Если он будет требовать бутылочку, скажите, что ее ночью забрал чужой дядя. А выбор новых чашек может оказаться веселым занятием.

## **7. Развитие речи: от 18 до 24 месяцев**

В этот период малыша уже могут понимать не только его собственные родители. Он уже может сказать, чего хочет, используя для этого одно или пару слов. Его словарный запас, включающий от 50 до 100 слов, продолжает расти. Вам не раз придется испытать смущение, когда ваше чадо при людях громко скажет о том, что хочет в туалет, называя при этом все своими именами.

С другой стороны, он все еще понимает гораздо больше, чем может высказать. Теперь ему понятна последовательность ваших указаний: «прекрати это делать», «положи это на место». Будет ли он их выполнять, это уже другой вопрос.

## 8. Развитие двигательной активности: от 18 до 24 месяцев

После 18 месяцев вы, возможно, перестанете обращать внимание на общее развитие двигательных навыков малыша, которое все еще находится на стадии прогресса. Умение прыгать и при этом не падать становится новым достижением. Теперь малыш может подпрыгнуть и дотянуться до игрушки, ему доставляет большое удовольствие забраться на диван и прыгать на нем, как на батуте. Теперь он не просто бросает предметы, но и ловит их с меткостью вратаря.

Это самое время для овладения *полезными* навыками. Теперь ребенок учится самостоятельно одеваться, мыться и чистить зубы (помогайте ему это делать на первых порах, если хотите избежать частых походов к стоматологу впоследствии). Малыш уже собирает пазл и уверенно орудует мелкими и маркерами. Рисование в этом возрасте у большинства детей сводится к банальным каракулям, но время, когда малыш начнет выводить на бумаге узнаваемые предметы, не за горами.

## 9. Прощаемся с соской

В принципе, нет ничего страшного в том, что двухлетний малыш продолжает ходить с соской. Но и хорошего в этом тоже мало. Когда-то ведь нужно от соски отвыкать, и лучше раньше, чем позже, иначе неизбежны проблемы с изменением прикуса и психологическое привыкание (чуть ли не до школьного возраста). Отказ от соски дает малышу понять, что он больше не младенец.

Более того, торчащая во рту соска не дает ребенку выразить то, что он хочет сказать. Родителям, естественно, его тоже понять непросто. Если вы чувствуете, что соска действительно мешает языковому развитию ребенка, его нужно отучать от нее как можно скорее. Для начала ограничьте время, когда он может сосать пустышку дома. Конечно, проще дать ему пустышку, когда он сонный, голоден или плохо себя ведет. Старайтесь этого не делать, иначе малыш не отвыкнет от соски никогда, считая, что в трудное время он всегда может на нее рассчитывать.

## **10. Развитие двигательной активности от 2 до 3 лет**

Как же летит время! Момент, когда вы с замиранием сердца смотрели, как малыш делает свой первый в жизни самостоятельный шаг, кажется таким далеким. Очень скоро, возможно, вы отдадите его в детскую спортивную школу. Мелкая моторика развивается с магической скоростью. Круг – самая первая «картинка», которая получается у малыша. К трем годам на вас из альбома уже смотрит рожица, у которой есть глазки, ротик, носик, ушки и прическа «ежиком». В этом возрасте можно считать достижением умение самостоятельно одеться, застегивание пуговиц получается обычно годам к четырем. Однако не следует ждать чудес. Ученые до сих пор гадают о том, почему навык складывать игрушки по местам формируется позже всего вышеперечисленного.

## 11. Карабкаемся наверх

Почему ваш малыш ставит табуретки или другие предметы под ноги? Чтобы посмотреть, что хранится на верхних полках. По той же самой причине альпинист покоряет Эльбрус: просто потому, что он есть. Преодоление высоты – это инстинктивный моторно-двигательный навык. В общем-то, лучше разрешить ребенку взбираться наверх под вашим присмотром, чем запретить из боязни, что в ваше отсутствие он что-нибудь разобьет или поранится. Здесь придется немножко схитрить: хорошенько поискать и затем убрать то, что можно использовать в качестве подставки, или же убрать потенциально опасные предметы на верхних полках, которые могут свалиться и разбиться. Не исключено, что ребенок подойдет к вопросу креативно, соорудив себе еще специальную лесенку из имеющихся в наличии вещей. И вам снова придется провести небольшую инспекцию и изъять подходящие для этого предметы. Но есть в этом и нечто позитивное: стремление взбираться наверх развивает двигательные навыки и креативность мышления.

## 12. Если ребенок не говорит

Некоторые дети предпочитают молчать. И это тоже вариант нормы. У вашего малыша могут быть хорошо сформированы навыки восприятия, так как он понимает вас и выполняет то, о чем вы его просите. Ребенок прекрасно слышит, но почему-то не говорит. Довольно часто встречающаяся проблема, которая беспокоит многих родителей. Однако дети, начавшие говорить поздно, в итоге полностью догоняют своих сверстников, и уже к 3–4 годам между ними нет никакой разницы. Иногда такие дети продолжают молчать среди своих друзей, приберегая весь свой запас слов для дома.

Не лишним будет периодически консультироваться с логопедом, пока малыш не заговорит наравне со своими сверстниками.

## 13. Проблемы с речью

В возрасте полутора-двух лет устное сообщение ребенка, как правило, понятно только его маме и папе. Между 2–2,5 годами уже практически все взрослые должны разбирать, что говорит ваш малыш. Если в этом возрасте даже мама и папа не уверены, что он говорит, ситуация требует оценки и экспертного мнения.

Некоторые дети в этом возрасте тихие и избегают говорить. Оказывается, что у большинства таких детей действительно проблема с речью, но эта ситуация заслуживает оценки и, возможно, поведенческой терапии. Ребенок, который не способен следовать инструкциям или выполнять команды в 2,5 года, нуждается в оценке его речи и языка специалистом. У детей, которые шепелявят или заменяют согласные неуместным образом, возможно, трудности с произнесением ряда звуков. Таким детям нужна помощь логопеда.

## 14. Заикание?!

Где-то в возрасте 2–2,5 года случаются странные трудности даже в самой четкой речи малышей. Обычно уверенно выражающийся ребенок начинает сомневаться и спотыкаться на самых простых предложениях. Что происходит? Это заикание или задержка речи? Вполне вероятно, что ни то ни другое. Просто некоторые дети не решаются закончить мысль или назвать предмет. Это начинается как редкое явление, но затем становится все более распространенным в течение следующих нескольких недель.

В основном такое заикание проходит также постепенно, как и появилось. Это просто указывает на то, что сознание ребенка обгоняет его речь, и ваш малыш еще не научился синхронизировать эти процессы.

Если проблема перерастает в самонеудовлетворенность или усугубляется из-за неспособности получить понимание со стороны других, стоит посетить врача или логопеда, чтобы он послушал вашего малыша. Полезный союзник, готовый помочь вам реально оценить ситуацию, – это воспитатель детского сада. Он очень точно может отличить реальные проблемы от переходных периодов.

## 15. Исследуем мир

Годовалый ребенок – страстный исследователь. Он лезет в каждую дырку, засовывает пальчики во все щели, трясет все, что не прибито наглухо, вытаскивает книги из книжного шкафа, вскарабкивается на все, на что ему удастся, засовывает маленькие предметы в большие, а затем старается засунуть большие предметы в маленькие. Шкаф для обуви или кладовка – для него настоящая *Terra incognita*. «Он всюду сует свой нос», – говорите вы с раздражением. Но только представьте, какой важный период жизни переживает сейчас ваше чадо! Ему совершенно необходимо выяснить размеры, форму и подвижность всех окружающих его вещей. То, что он «всюду сует свой нос», – естественная стадия развития, признак детской смывшенности. Вероятно, вы уже убедились, что, бодрствуя, он ни минуты не желает сидеть на месте. Это происходит не потому, что он нервничает, а потому, что стремится все познать. Подвижность необходима ему для того, чтобы постоянно практиковаться и изучать этот, пока еще маленький, окружающий его мир.

## 16. Взросление малыша

Как же быстро летит время! Вы не успеете оглянуться, как коляски, памперсы и прочие атрибуты беззаботного детства останутся для вашего малыша в прошлом. В какой же момент вы должны понять, что ваша кроха уже не такая уж и маленькая и требует к себе несколько другого отношения? На самом деле, все очень индивидуально. Наверно, вы задумаетесь об этом, когда первый раз услышите от своей малышки: «Мамочка, давай я тебе помогу», а может быть, когда ее попросит к телефону первая подружка. И тогда, улыбнувшись, вы оглянетесь назад и поймете, что пройден уже большой путь, заложен серьезный фундамент для дальнейшего воспитания своего любимого чада, а самое интересное по-прежнему впереди.

# **ПЕРВЫЕ ШАГИ**



## 17. Первые шаги: падения и ушибы

В свои первые недели самостоятельного хождения малышу куда больше интересны всевозможные «штучки», которые стоят на полочках и других возвышениях, а не те игрушки, которые он разбросал на полу пять минут назад. Научиться ходить, не падая, невозможно. Естественно, без ушибов и травм дело не обойдется. Однако это не катастрофа, если ваш ребенок упал. Когда малыш падает, не надо громкими возгласами и жестами демонстрировать страх – дети восприимчивы, он это запомнит и будет бояться ходить. Упавшего ребенка надо поднять, осмотреть нет ли повреждений, успокоить, если плачет, разговаривать спокойно и ласково. Не нужно придавать падениям больше значения, чем придает им сам ребенок.

## 18. Когда малыш не торопится делать первые шаги

К тринадцати месяцам ребенок должен уверенно стоять на ножках. Но уже прошел четырнадцатый, а он и не собирается этого делать. Нужно ли беспокоиться? Некоторые дети поздно начинают ходить, и это может быть связано с наследственностью: кто-то из родителей, вероятно, также не спешил сделать свои первые шаги. Отсрочить долгожданный момент может и негативный опыт, – очевидно, малыш сильно ушибся, когда в первый раз рискнул отпустить мамину руку. В таком случае он может не делать повторных попыток, пока не научится уверенно держать равновесие. Ребенок должен развиваться собственными темпами. Первые шаги ребенка, который перенес воспаление среднего уха, грипп или какое-либо другое заболевание, могут быть отложены до той поры, пока он не почувствует себя лучше. Хотя многие совершенно нормальные и даже крайне одаренные дети не ходят вплоть до 2,5 лет. Но все-таки если малыш не сделал первых шагов до 18 месяцев, его должен осмотреть доктор, чтобы выявить наличие физических или эмоциональных факторов, мешающих ходьбе. Даже в таком возрасте, не говоря уже про 13 месяцев, ребенок, не начавший ходить, – это не причина для беспокойства.

## 19. Правильная обувь

Правильно подобранная обувь – залог здоровья малыша. Если она подобрана плохо, это может негативно сказываться и на психологическом настрое малыша. Ребенок раздражается, быстро устает и капризничает, а родители... Родители не подозревают, что виной всему неудобные ботиночки! Новая обувь не должна жать и давить, одновременно плохо, если она слишком свободна. Не стоит покупать обувь на вырост. Размер ноги у детей меняется скачками, и велика вероятность «проскочить» размер.

Подбирая обувь для малыша, помните:

- Ботинок должен легко сгибаться у основания большого пальца. Верх и боковая часть тоже должны легко прогибаться.
- Задник должен быть твердым и лучше высоким. Проверить твердость задника нужно сжав его большим и указательным пальцем.
- На обуви должен быть небольшой каблучок (0,5–1,5 см).
- Материалы должны быть натуральными. На ботинках должен быть супинатор (выпуклая подушечка на внутренней стороне подошвы).
- Летнюю обувь лучше покупать с прорезями для вентиляции, кроме того, будет видно, как расположены внутри пальчики и когда сандалики станут малы.

- Не покупайте обувь «на вырост». Расстояние от самого выпирающего пальца ноги до носка ботинка не должно превышать 1 см.

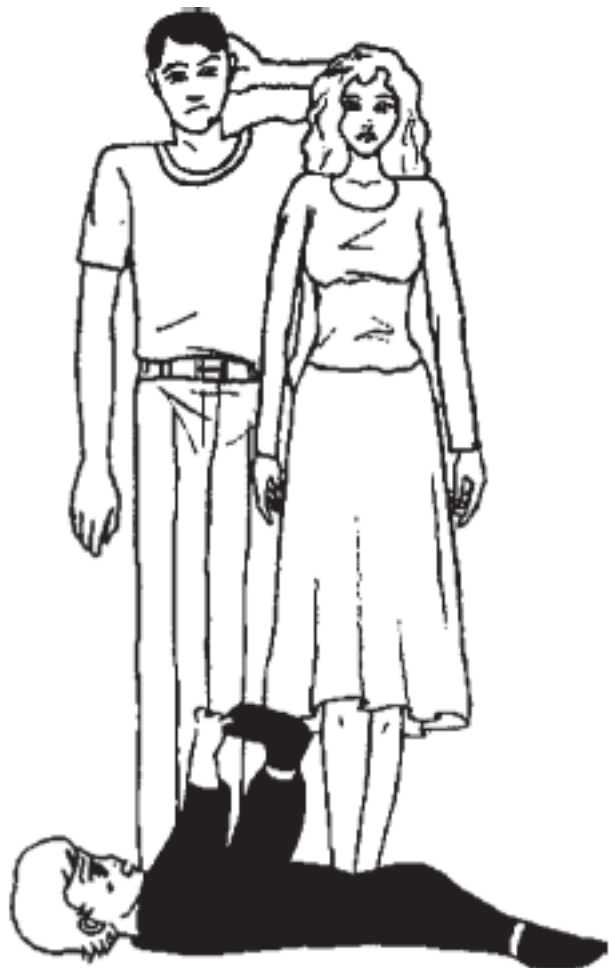
- Обувь с липучками удобнее, так как ее можно быстрее снять и надеть. Но считается, что обувь со шнурками лучше держит ножку.

- Желательно не экономить на обуви, хотя ребенок очень быстро из нее «вырастает» (примерно через каждые три месяца).

## 20. Ручки-ножки

Периодически ваш малыш может жаловаться, что у него болит ручка или ножка. Довольно редко такие боли являются симптомом какого-то серьезного заболевания. Скорее всего, если нет температуры, но есть припухлость и боль локализована в одном месте, это ушиб или перелом. Бить тревогу нужно, если боль сопровождается жаром – это может быть сигналом инфекции костной ткани или сустава. И то и другое очень серьезно, поэтому нужно немедленно провести медицинское обследование. Если температуры нет, а травмы вы не припоминаете, все же проконсультируйтесь с доктором, в беседе с которым, возможно, «всплывут» в памяти мелкие ушибы и падения, объясняющие ситуацию. Часто бывает, что малыш падает, вскакивает и тут же бежит дальше. Но взволнованная мама хватается чадо в охапку: «Ушибся? Очень больно? А коленку не разбил? Я же тебе сто раз говорила: не бегай, упадешь, ручку или ножку сломаешь!». Лицо у мамы испуганное, голос дрожит... И ребенок начинает плакать – не от боли, а от страха. Он боится, потому что боится мама.

# **ПОВЕДЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ МАЛЬША**



## 21. Нет, сейчас!

Нервная система родителей подвергается серьезному испытанию, когда вдруг ребенок начинает истошно вопить: «Нет, хочу сейчас!». Естественно, проще пойти у него на поводу, но тогда вы рискуете приучить малыша к подобным способам достижения цели. Он увидел мороженое в киоске и тут же заявил о своем желании. Попробуйте отвлечь его внимание на себя и объяснить, что «не сейчас» – значит «возможно, позже». Скажите ему: «Если будешь вести себя хорошо до обеда, то получишь мороженое» или «Если попросишь нормальным тоном, то мое «нет» изменится на «да».

Но если «нет» – все-таки «нет», скажите твердо и ясно: «Невозможно всегда получать то, что хочешь», «У нас сейчас нет на это денег», «Эта игра для более старшего возраста» или «Мы только что пообедали и не пойдем в Макдональдс».

## **22. Понимаешь «Нет»? – «Нет, еще нет»**

Усвоить значит действительно понять что-то левым полушарием, что ваше правое полушарие принимает за правду. Ваш малыш от года до полутора лет сталкивается с этим процессом, когда получает представление о том, что такое «нет». Он знает, что значит это «нет», но еще не усвоил его истинного значения. Как пленник своих порывов, он знает, что, если он швырнет танк, это обернется для него неприятностью или что, если он разольет литр молока, это станет для него еще большей проблемой. Вроде бы он знает, что мама всегда говорит «нет» каждый раз, когда он пытается перевернуть вверх дном какой-нибудь сосуд, который не должен быть перевернутым. Но осознание этого факта длится пятнадцать секунд, до того как кора головного мозга велит рукам: «Да! Сделай это сейчас!»

Со временем он научится синхронизировать работу полушарий головного мозга, отвечающих за импульсивность и контроль. А до этого момента сохраняйте спокойствие. Не злитесь на него, не выходите из себя и не беспокойтесь. Ребенок справится с этим постепенно.

## 23. «Нет» значит «Я не знаю!»

- «Хочешь пойти на детскую площадку?»
- «Нет!»
- «Но тебе нравится детская площадка!»
- «НЕТ!»
- «Хорошо, мы останемся здесь и поиграем».
- «НЕТ! НЕТ! НЕТ!»

Если вам знакома такая ситуация, то вы, возможно, уже обнаружили, что «нет» не значит автоматически «нет». Оно значит «Сейчас я собираюсь побыть немного главным». Иногда, предложив пару альтернативных вариантов, вы сможете получить «да»: «Мы можем пойти на детскую площадку или в парк» – «Хочу на детскую площадку!» (Да, вы знаете, что детская площадка – это парк, но он думает, что у него есть выбор!)

А иногда стоит сделать игру из этого «нет»: «Каждый раз, когда ты говоришь «нет», я буду тебя целовать». Это не гарантирует получения быстрого результата, но вы уж точно будете довольны проведенным вместе днем гораздо больше чем обычно.

## 24. «Нет» значит «Нет!»

Даже если его «нет» в действительности не значит «нет», иногда ребенок должен будет отказаться от положения диктатора в вашу пользу. Если он не голоден ко времени обеда, он все равно проголодается рано или поздно. Если он хочет идти пешком, а не чтобы его везли в коляске, пусть так и будет. Разрешите ему толкать коляску, и через несколько минут он снова заберется в нее. Сознательно идите на уступки – это приучит его к ответственности. Он хочет пить из «взрослого» стакана, то есть из стакана без крышки, рискуя пролить сок на пол? Дайте ему понять, что это вполне осуществимо, но только на ограниченном пространстве, например, на кухне. Однако согласившись удовлетворить желание ребенка, потом не жалуйтесь и не ворчите, если вам вдруг придется за ним убирать.

Малыш не хочет надевать одежду, которую вы выбрали? Без проблем! Пусть он выбирает, но предупредите его, что он рискует пропустить или опоздать на фильм, который вы планировали посмотреть, если будет выбирать слишком долго.

## 25. Десять различных способов сказать «нет»

О, как же сильно может поизноситься «нет», особенно после многократного употребления в течение дня. Изо дня в день: «Я сказала тебе раз «нет», я сказала тебе сотню раз «нет»!». Пожалуйста, приложите все усилия, чтобы не превратиться в гарпию. Попробуйте следующие вариации на тему «Нет»:

1. «Ну же, давай еще пол кружечки, и ты мой кумир!»
2. «Только если ты сначала съешь кашу...»
3. «Если она тебе так нравится, мы поиграем с ней позже, когда я смогу посмотреть и убедиться, что она не сломается»
4. «Помнишь камень? Что случилось на площадке? Тогда мы узнали, что значит «больно»!»
5. «Горячо! ГОРЯЧО!»
6. «Ты повеселишься еще больше и получишь намного больше удовольствия после того, как отдохнешь». Обратите внимание: необходимо благоразумно избегать использования слова «сон»
7. «Звонил президент и сказал, что ОН хочет поиграть с этой игрушкой сейчас»
8. «Если ты это сделаешь, медвежонок попросается с тобой навсегда!»
9. «Собачка уже лизнула эту конфетку, поэтому здесь мо-

гут быть опасные микробы»

10. «Да» (это сработает только в тот день, когда «нет» значит «да», а «да» значит «нет»)

А теперь придумайте несколько своих собственных вариантов ...

## 26. Не ворчи на меня, мама!

Самый ужасный саморазоблачающий момент – это когда вы слышите себя и понимаете, что говорите совсем, как ваши родители. Вот самые распространенные высказывания, которые заставят вас сжаться от ужаса:

- «Ты никогда/всегда [здесь указать нежелательное поведение]»

- «Когда я была в твоём возрасте...»

- «Хватит смотреть телевизор!»

- «Я уже говорила тебе [вставьте нужное число] раз!» Попробуйте вместо них использовать эти неворчливые варианты:

- «Это недопустимое поведение»

- «Мама не хочет, чтобы ты поранился»

- «Теперь нам придется отказаться от [...]. Мне жаль, у тебя был шанс»

В будущем через много лет, когда ваша дочь будет вести вашу дорогую, любимую внучку или внука в детский сад, она будет «звучать» точно так же, как ее родители – только в более выигрышном исполнении.

## **27. Если малыш кусает и хватается**

Интересное явление наблюдается в поведении годовалого малыша. Поначалу не специально, пытаясь поймать равновесие, он тянет маму за волосы. В ответ слышит вскрикивание от боли. С удивлением замечает такую же реакцию и у маленького ребенка, если его потянуть за волосы. Неужели все так странно кричат? Начинаясь совершенно невинно, как простой эксперимент, это переходит в агрессивный прием, которым малыш пользуется каждый раз, когда чем-то недоволен. Таким же образом он учится кусаться. Ни в коем случае нельзя с этим мириться и поощрять. При первом же укусе или хватании за волосы спускайте малыша с рук, отстраняйтесь с недовольным видом. Он быстро устанет от такого воспитательного подхода и найдет себе более безобидное развлечение.

## 28. Воображаемые друзья

Появление воображаемого друга у ребенка трех лет – это нормальное явление, обусловленное развитием воображения и творческих способностей. Воображаемые друзья бывают разными: игрушка, которую ребенок наделяет человеческими качествами, призранный друг, которому малыш требует ставить дополнительный прибор во время еды. В компании фантомного друга интересней играть и легче справляться со своими ежедневными обязанностями. В конце концов, на него можно свалить вину. И он не обидится. «Это Карлсон съел конфеты, а не я!» – говорит ваша дочка. Как себя вести с воображаемым другом вашего ребенка? В какой-то степени можно даже подыграть ребенку: поставить лишний прибор за обедом для его друга, выслушивать все истории и интересоваться самочувствием и делами очередного «Карлсона». Но не следует задействовать воображаемого друга в игре, если ребенок вас об этом сам не попросит. Тем более не нужно привлекать его воображаемого друга, чтобы заставить ребенка одеться или почистить зубы. Очень важно провести границу между фантазией и реальностью – ребенок должен отвечать за свои поступки сам, а не сваливать все на воображаемых друзей: «Вазу, конечно, разбил «Карлсон», но в углу все равно будешь стоять ты!»

## 29. Воспитательный момент 1

Существует как минимум два способа дать малышу понять, что он плохо себя ведет.

1) На какое-то время прекратить с ним играть и разговаривать, лишит его своего внимания.

2) Провести разъяснительную беседу. Выбрав второй вариант, задайте ребенку соответствующие ситуации вопросы (Что случилось? Разве можно бить других детей и отнимать у них игрушки?). При этом в вашем голосе не должно быть слышно угрозы. Вы же хотите, чтобы ребенок объяснил свои действия и задумался о том, что он неправ, а не просто испугался наказания. После этого заберите игрушку, которую ребенок только что швырял, пусть заслужит ее своим хорошим поведением. Если, играя с другими детьми, ваш ребенок никак не хочет соблюдать очередность, проконтролируйте, чтобы никто не был обижен. О том, как это лучше сделать, читайте дальше.

## 30. Воспитательный момент 2

Если мирная детская игра плавно переходит в выяснение отношений со слезами и обидами, кто-то из родителей должен вмешаться и разрядить обстановку. В вашем присутствии малыши не будут вести себя так же агрессивно. Возможно, кто-то из них играет нечестно или провоцирует вашего ребенка. Остановите игру и начните ее сначала, не важно кто побеждал, и сколько осталось до завершения. Помогите малышам решить конфликт. Если, например, ваш ребенок порвал чужую книжку, в следующий раз он должен принести свою новенькую. Конечно, это потребует от вас большей затраты времени и энергии, чем если вы просто заберете игру и поставите ребенка в угол, лишив его своего внимания.

## 31. Как разговаривать с малышом

И вот, наконец, настал долгожданный момент, и вы, действительно, можете разговаривать со своим малышом, по-настоящему общаться, а не сюсюкать над колыбелькой. То, что было уместно для младенца, не совсем подходит для полуторогодовалого ребенка. Старайтесь не использовать детские слова типа «бибика», «ням-ням», «пи-пи», иначе речь вашего малыша надолго задержится на этой стадии развития. Ему необходима правильная человеческая речь, естественно, понятная ему. При этом, обращаясь к ребенку, следует четко и ясно произносить отдельные слова и, в свою очередь, добиваться от него внятного произношения. Делайте вид, что не понимаете, если он неразборчиво говорит какое-то слово или неправильно строит предложение. Детей нужно с детства приучать к правильной речи.

## 32. Маленький домашний вредитель

Еще недавно ваш малыш лежал в коляске, перебирая своими прелестными пухленькими пальчиками разноцветные погремушки. А сегодня, едва научившись ходить, он носится по дому, сметая все на своем пути. Каждый малыш в возрасте до трех лет хоть раз находит способ оставить запоминающийся и дорогостоящий след в доме, разбив, например, старинную вазу или нарисовав каракули на новых обоях нестирающимся маркером. Передвигаются малыши по всей территории квартиры довольно быстро, то и дело оставляя за собой полосу разрушения. Порой мамино плача над разбитой вазой и папиного строгого голоса достаточно, чтобы показать ребенку, что он перешел границу дозволенного. Он клятвенно пообещает, что никогда в жизни больше не будет такого делать, под воздействием эмоций, действительно, искренне так полагая. Ему еще не раз напомнят о проступке на семейных посиделках.

### **33. Поза «шутки в сторону»**

Вы устали кричать и гоняться по всему дому за этим маленьким «чудовищем»? Вспомните об одном секретном оружии. Встаньте пред ним нагнувшись, так чтобы ваши глаза были на одном уровне, посмотрите долгим, пронзительным взглядом. Пускай подождет и задумается о том, что же будет дальше. Прочувствуйте силу молчания. Рано или поздно оно ведь заканчивается, и за ним должно что-то последовать...

Задержитесь в этой позе еще немного (но не очень долго, иначе ребенок снова начнет дурачиться и проверять на твердость ваше желание быть серьезной). Честно говоря, этот бессловесный прием запугивания больше подходит для бандитской разборки, но он вполне справляется с задачей дать ребенку понять, что он зашел слишком далеко.

Как только вы всецело завоевали внимание ребенка, расскажите, в чем заключается его плохое поведение, и какое наказание за ним должно последовать. А затем выполните обещанное наказание.

## **34. Плохие слова**

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.