Автор статья «Дети и границы» педиатр, детский гастроэнтеролог, психолог Гриценко Н.А.

Оказывается это очень актуальная проблема: родители не умеют выстраивать свои границы, и дети их вовсю нарушают!
Не подумайте, это нисколечко не эгоизм! На самом деле это нужно именно им, нашим детям! Потому что ведь ни в садике, ни в школе, ни тем более во взрослой жизни никто не будет нашему дитятке дуть в попу, размешивать чай в нужную сторону и завязывать шнурки до армии.
Когда я рассказываю, что учить есть ложкой и пить из чашки нужно 6-ти месячного ребенка, мамы очень удивляются. Им кажется, что материнская любовь заключается в выполнении всех сиюминутных желаний: с ложки кормим до 3х лет, из чашки, Боже упаси, для этого есть поильник! Упал, бегом поднимем, хочет мультики до потери сознания - пожалуйста, не хочет гулять, конечно не пойдём, о чем разговор.
Но давайте вспомним, в чем вообще цель родительского воспитания?

Вспомнили? Мы должны воспитать психологически зрелую личность: творческую, креативную, адаптивную и стрессоустойчивую! Только такой человек сможет выжить и не сойти с ума, в нашем нестабильном, постоянно меняющемся мире.
Помните гениальную фразу из советского фильма "Снежная королева: «детям нужно разрешать всё, только тогда из них вырастут настоящие разбойники».
В 1,5 года ребёнок должен узнать значение слова нельзя. Для мамы очень тяжело оказаться в глазах любимого чада плохой, запрещающей. Но без этого никак! Сначала мы отвлекаем малыша от запретного предмета, и какое то время это работает, потом утешаем горькие слезы обиды и переключаем внимание. А потом просто напоминаем: ты помнишь, у нас в семье такие правила?!

Как вы думаете, кто имеет право устанавливать в вашей семье правила? Конечно, мама и папа, то есть вы, поскольку вы старше, вы больше знаете о последствиях каких то действий или отсутствия иных.
Например, если целую неделю не ходить гулять, то нарушится сон малыша, начнёт болеть голова у мамы, у всех снизится иммунитет. Может капризный малыш это предвидеть? Конечно, нет. А вот мама должна. Должна знать, что нельзя 7 дней в неделю есть макароны, так как рано или чуть позже обязательно заболит живот!

Для того, чтобы спокойно обозначать границы своему ребенку, который их постоянно будет испытывать на прочность, вы должны понимать собственную ценность и не ставить интересы ребенка выше своих, тем не менее учитывая его возрастные потребности и возможности.
Например, с возраста 8 месяцев и до 3 основной двигатель развития ребенка - это инстинкт познания окружающего мира через движение и манипуляцию с предметами. И здесь ваши запреты затормозят развитие ребенка. То есть достать из кухонного шкафа все кастрюли - это нормально. И мамина обязанность проследить, чтобы там не попалось пакета с крупой, бутылки с маслом или тяжёлого молотка для отбивных. То есть вы заранее подготовили безопасное пространство и разрешили ребенку в нем играть.
Вытащить все вещи из нижнего ящика комода, пока мама готовит обед - тоже не криминал! Очень полезно разрешать играть с крупами, с водой, конечно под присмотром.
А вот с техникой: пультами, телефонами, системными блоками - играть Табу! Это личная вещь мамина или папина. Нужная для работы. Поэтому здесь можно больше ничего не объяснять, просто " это моя вещь и ее нельзя брать".

Есть мамы, которые любят с ребенком договариваться, но некоторые дети умудряются превращать это в бесконечный процесс, выматываюший маму. Короткие лаконичные правила до 4х лет гораздо результативнее, так как только после 4х ребенок в состоянии проследить все ваши логические цепочки, а до этого, он просто ждёт, когда же вы всё таки сдадитесь.
В 1,5 или 2 года многие дети начинают чувствовать силу своего Эго и готовы помериться силами со своими родителями. И здесь маме очень важно понимать, что ребенок просто ждёт, когда же вы уже выставите ему границы дозволенного. Если он не находит этих границ, малышу становится очень тревожно! В большом неизведанном мире очень страшно остаться без опор. О чём это?
Например, есть вещи, которые ребенок решать пока не должен. Что съесть на завтрак: кашу или сосиску, не сомневаюсь, он выберет сосиску, но что ему полезнее знает только мама. Пойдем сегодня гулять или нет? Не надо задавать малышу такой вопрос. Мама то знает, что пойдем обязательно!

Текущих дел очень много, не только к Новому году нужно подготовиться, но и к дню рождения ребенка!
Детские истерики - это не норма, и просто их пережить не получится!
После 1,5 лет ребенок начинает осознавать силу своего влияния на родителей. Заплакал - тут же получил желаемое. Сделал недовольную гримасу, мама тут же убирает строгий тон. Малыш прекрасно считывает ваши "кнопочки"!
А если вы "плохо" на них реагируете, в ход идёт " тяжёлая артиллерия". Ребенок упал на пол и бьётся в истерике, что может быть страшнее для любящей матери?! А вдруг он головой ударится? А вдруг поранится? А вдруг задохнётся, ведь так рыдает?
Знаете, как прекратить истерику? Надо оставить её без внимания - лишить зрителей. Это единственный работаюший способ!
Но как!!!!
Просто сделать равнодушное лицо и выйти из комнаты, сказав: Я вернусь, когда ты успокоишься. Если выйти некуда, включить погромче телевизор и заняться своими делами.

Если истерика случилась в магазине или на улице: со словами "Ой, как мне сейчас стыдно!", берём ребёнка подмышку и уносим домой. Перед следующим выходом из дома обязательно предупреждаем : Если истерика ещё раз повторится, мы сразу же уйдём домой. Не волнуйтесь, максимум на 2-й раз обязательно сработает!
Если ребенок категорически отказывается собираться на улицу, вы должны его предупредить, что через 15 минут уйдёте без него, потому что вам обязательно нужно уйти, и ровно через 15 минут, вы говорите, я тебя предупреждала, теперь придется идти одной и уходите на 7 минут. Таким образом вы показываете ребёнку, что ваши обещания - это не пустые угрозы.
И помните, максимум своей энергии и внимания вы даёте ребенку, когда он в хорошем настроении и хорошо себя ведёт! Только тогда малышу не потребуется привлекать ваше внимание негативным поведением. Ведь когда никакого внимания нет, негативное внимание - тоже внимание!

Если ваши отношения уже успели зайти в негативную фазу с вашими криками или шлепками, что не делает вам чести, прежде чем начинать работающие меры воздействия, нужно убрать весь негатив и вернуть к вам доверие ребенка.

Чаще ему улыбаться, чаще брать на руки, чтобы потискать или погладить, так как именно телесный контакт снимает стресс у ребенка. Верните ритуал укладывания спать со сказкой и песенкой, с массажем в пижаме.