



Рекомендации психолога для молодой мамы.

Первые три года ребенка — особенно важные для воспитания. Каждый месяц малыш приобретает новые навыки, много слушает и запоминает. В возрасте до 3 лет важно выработать у ребенка правильные модели поведения.

Уход

Не забывайте, что начиная с одного года у ребенка начинается бурная активность, и ваша основная задача состоит в том, чтобы сделать ваш дом как можно более безопасным для него. Постарайтесь посмотреть на окружающее пространство глазами вашего малыша, внимательно изучите его любимые места и уберите все опасные предметы. Все острые углы во избежание травм желательно закрыть каким-нибудь толстым и мягким материалом. Поставьте на розетки заглушки, уберите скатерти, чтобы ребенок не опрокинул на себя то, что стоит на столах. Следите за тем, чтобы вокруг ребенка не было мелких предметов, которые он может проглотить или засунуть себе в нос. Закрывайте дверь на балкон.

Развитие

К трем годам ребенок уверенно бегает и прыгает, и самое время научить его кататься на трёхколёсном велосипеде.

В три года малыш должен уверенно пользоваться карандашом и фломастерами, разукрашивать картинки. В 3 года уже можно начинать учить ребенка читать. Кроме того, в этом возрасте дети уже способны запоминать стихотворения в несколько строчек, и нужно обязательно тренировать с ними этот навык и развивать их память. Важно также постепенно учить ребенка концентрироваться на какой-то задаче в течение хотя бы 3-5 минут и самому

пытаться найти решение. Помимо навыков личной гигиены, о которых было упомянуто выше, к трем годам следует научить ребенка пользоваться не только ложкой, но и вилкой, научить его аккуратно есть и пить. Если ребенок хочет помочь маме на кухне - нужно обязательно поддержать его инициативу. Пусть он достанет продукты из шкафа или холодильника, поможет вам раскатать тесто, лепить пирожки. Так вы постепенно привьете ребенку полезные навыки, а заодно он почувствует себя участником взрослой жизни.

Для того чтобы понять ребенка, учитесь смотреть на мир его глазами. Например, если он потерял любимого плюшевого мишку, то вам нужно осознать, что для него это потеря лучшего друга, поэтому не стоит говорить ребенку, что ничего страшного в его потере нет и он плачет из-за ерунды. И уж тем более нельзя ругать ребенка в такой ситуации. Если ребенок плачет - дайте ему возможность выплакаться, обнимите его. Тогда ребенок поймет, что он может доверять вам и рассчитывать на вашу поддержку, и у него сформируется ощущение, что его дом - это надежное место, где его всегда поймут и утешат, где его чувства всегда важны. Слушайте ребенка очень внимательно, задавайте уточняющие вопросы.

В три года дети переживают первый кризис. Они впервые начинают осознавать свою самостоятельность и проявлять свои желания. Начинают чаще звучать слова "хочу" - "не хочу", "не буду". Начинаются упрямство и капризы. Может появиться агрессия. В этот период важно поддерживать ребенка в его стремлении к самостоятельности, уважать его личное пространство. Не пытайтесь все время помочь ему и во всем его контролировать. Ваша задача - обеспечить безопасность ребенка и похвалить его за успехи (какими бы они ни были).

Ругать малыша следует только за неправильные поступки, при этом не отождествляя поступок с личностью ребенка. Не надо вешать на него отрицательные ярлыки и сравнивать ребенка с другими детьми. Гораздо лучше будет сказать "ты не прав" или "ты нехорошо поступил" и объяснить почему. Если вы будете уважать личность ребенка, вы сохраните его доверие и не навредите его самооценке.

Старайтесь считаться с мнением своего ребенка. Когда есть такая возможность, обязательно давайте ему право выбора.

Также важно помнить, что в этом возрасте ребенок уже хорошо осознает свою половую принадлежность. Если у вас девочка, давайте ей возможность самой выбирать одежду, делайте ей красивые прически, купите первые украшения.

Самая главная психологическая задача родителей - дать возможность своему ребенку почувствовать себя "большим".

Психолог КСЦОН «Емельяновский» ОСПСиД
Борисова Н.Г.