

«Нет, не хочу и не буду»

«Нет, не хочу и не буду»

Примерно к трём годам, а возможно, немного раньше, иногда уже в два, ребёнок вдруг меняется. Милый сладкий крошка, такой нежный, такой легко управляемый, в один прекрасный день закатывает первый скандал по пустяковому поводу. Сам повод значения не имеет. Не в той чашке дали молоко. Надели шапку, а он не хотел. Не купили в магазине чупа-чупс, а он хотел. Помогли с чем-то, а он собирался сам.

Совсем недавно, если ребёнок хотел чего-то, что вы не собирались давать, его было легко унести, уговорить, отвлечь. И если не хотел, то тоже можно было щекотать, болтать, петь – и он сам не заметит, как уже одет или помыт. Но теперь все эти номера не проходят. Он может настаивать на своём и протестовать и полчаса, и час, и ни на какие уговоры и фокусы не поддаётся. В первый и второй раз вы утешаете себя тем, что, наверное, это он просто сегодня устал или у него режутся зубы. После того, как скандалы становятся практически обязательной частью семейной жизни и редкий день удаётся прожить без воплей, слёз, кидания на пол предметов – или самого себя, вы понимаете, что тот самый *кризис негативизма*, о котором вы читали и слышали, пришёл к вам. И жизнь ваша в обозримой перспективе станет очень насыщенной и эмоционально разнообразной.

«Кризисом негативизма» это время называется потому, что самыми главными словами этого периода становятся НЕТ, НЕ хочу и НЕ буду.

По любому поводу и без: нет, нет, нет. Иногда ребёнок отвечает НЕТ раньше, чем вы успели договорить. Иногда вы прямо видите, что он на самом деле очень хочет – есть, пить, спать, но твердит: не хочу, не буду. Дети, которые уже хорошо говорят, могут разнообразить репертуар: «Не хочу чистить зубы! Хочу, чтобы болели! Не хочу новой пастой! Противная паста! Не буду! Уйду от вас! Ты плохая!» и всё в таком духе.

Надо сказать, что не все дети используют своё право на кризис негативизма на полную катушку. У кого-то всё сводится к паре –тройке эпизодов, у кого-то длится несколько месяцев, а есть и такие, что начинают «зажигать» около двух и вся семья живёт как на вулкане почти до четырёх. Но в том или ином виде это бывает у всех: ребёнок вдруг начинает упорно противиться воле родителей, не слушается. Словно программа следования начинает давать сбой. Наблюдательные родители часто замечают, что особенно острые проявления негативизма бывают связаны по времени с рывками в развитии: до или после ребёнок вдруг скачком, на глазах взрослеет, становится более самостоятельным. Поэтому кризис негативизма ещё называют *кризисом сепарации*, то есть отделения от родителя. Ребёнок как бы выходит из блаженного слияния с ним и противопоставляет свою волю – воле родителя.

Это очень важный и интересный момент с точки зрения привязанности, здесь есть и новые возможности, и большие риски, поэтому стоит рассмотреть его подробнее.

Что происходит, когда ребёнок не слушается? Если мы внимательно понаблюдаем, то убедимся, что непослушание практически всегда случается когда ребёнок вовсе не считает наше поведение поведением привязанности. То есть защиты и заботы. Например, он играет себе, а мы тут приходим: «Пора чистить зубы и спать». Или он хочет вон ту интересную штуку с кнопками, а мы не даём.

Или ему совсем не холодно, а мы ему велит надевать колготки, свитер, шапку, куртку, только потому, что холодно где-то там – на улице, куда собираемся идти. Эта забота или издевательство? В такие моменты ребёнок словно выпадает из привязанности, родитель становится для него не источником любви и поддержки, а источником фрустрации.

Понятно, что чем больше предписаний и запретов в жизни семьи, тем чаще возникают подобные ситуации. Архаично живущие племена, которые умиляют исследователей своими почти всегда довольными и спокойными младенцами, имеют очень мало что запрещать или предписывать маленьким детям. Замёрзнет – придёт греться, проголодается – протянет руку, захочет спать – заснёт, если надо что-то сделать, скажем, по части гигиены, мать просто делает это сама. Да и всяческих техногенных опасностей нет, мир хорошо изучен и понятен, вещи просты и их не так легко сломать младенцу, ценностей особых нет. Поэтому и привязанность редко подвергается испытаниям; многих проблем просто не существует, никто не старается предугадать потребности ребёнка, например, превентивно одевать его, чтобы не замёрз, следить за его правильным питанием и пичкать полезными, но нелюбимыми продуктами, укладывать спать строго в определённое время, водить на специальные задания, на осмотр к врачу и т.п.

Наша жизнь иная. Мы часто вынуждены заставлять и запрещать, то есть делать то, что для ребёнка, для его подсознательного восприятия привязанности переводит нас из ряда своих в ряд чужих, тех, кто обижает или не хочет помочь. Соответственно, он не слушается, мы сердимся, заставляем ещё больше, то есть становимся ещё более «чужими», он упирается ещё крепче, и вот скандал готов.

Родителям несладко в такие моменты, но для ребёнка происходящее вообще кошмарно. Вся его жизнь до этого строилась на том, что родители приходят на зов и удовлетворяют его потребности. Он поверил им. Колесо заботы исправно крутилось. Всё говорило о том, что так будет всегда. Да, случаются сбои, но к этому времени он уже знает, почему: иногда они просто не сразу понимают, чего именно он хочет.

При этом мозг ребёнка ещё незрел, негативные эмоции захватывают его полностью, никаких разумных доводов он в это время не слышит и не воспринимает, он заполнен протестом, гневом и горем.

Он переживает совсем новое для себя чувство отдельности, автономии от родителей. С одной стороны, он этой автономии страстно ждёт,- ведь она даёт новые возможности развития, с другой – очень её пугается, ведь это по сути «изгнание из рая» блаженство младенческого слияния со «своими» взрослыми.

Как же с этим быть?

Прежде всего, важно помнить, что ребёнок 2-3 лет ничего не делает назло. Делать назло- крайне сложно, на самом деле. Если мы ставим себе цель кого-то низводить, мы должны как минимум точно знать, как этот кто-то воспримет те или иные наши действия, какие чувства у него вызовут, и что он будет делать под влиянием этих чувств. Ребёнок 3-х лет на всё это не способен, это достаточно дотошно доказано многочисленными исследованиями. У него просто ещё не созрели те зоны мозга, которые отвечают за взгляд на ситуацию со стороны другого человека и прогнозирование действий и реакции другого. Эта способность появится у него только годам 6-7. То есть, как бы ужасно не вёл себя наш трёхлетка, он никогда не делает это против нас, он с нами не воюет. Хорошо бы и взрослым об этом помнить и не выходить на тропу войну с малышом.

Что происходит на самом деле? Ребёнок стремительно растёт и развивается. Он так много всего может сам- каждый день больше, чем вчера. Естественно, при таком невероятном продвижении вперёд начинается головокружение от успехов. Когда ты вдруг столько всего начал уметь, так продвинулся, то кажется, что ты вообще сам-с-усам и море тебе по колено. Уверенность в своей возможности справляться, в своём праве хотеть и достигать желаемого растёт. А мозг пока по-прежнему не критичен, всей сложности ситуации не видит, всех обстоятельств учесть не может.

Так и происходят конфликты: ребёнок сильно хочет (или не хочет) чего-то и уверен, что вполне может сам сделать или решать, а родители видят ситуацию шире, со всеми приводящими, и согласиться с ним не могут. Когда один говорит «да», а другой «нет»- это конфликт.

Если ребёнка наказывают за любую попытку протеста, или если, наоборот, родители так боятся его расстроить, что никогда с ним не спорят, он просто не сможет освоить всего разнообразия стратегий. Его реакцией на стресс – а конфликт с родителем это прежде всего стресс – будут два варианта: либо избегание мобилизации, отказ от защиты своих интересов – позиция «тряпки», либо застревание в мобилизации, невозможность уступить и смириться –позиция «барана».

Получается, что кризис негативизма – это не просто испытание для родительских нервов. Это время, когда ваш ребёнок учится настаивать на своём, конфликтовать. И вы, как опытный тренер, можете помочь ему освоить разные стратегии поведения в конфликте. Вы не боретесь с ним, вы не противник – вы тренер, спарринг-партнёр. Невозможно же научиться играть в теннис в одиночку. Вот и конфликтовать тоже можно научиться только с партнёром, который подскажет, поможет, примет удар и даст подачу.

Трёхлетка вдруг открывает для себя мир конфликта, он обнаруживает, что родитель хочет не того же, что он. Да, сначала у него шок и протест, а потом, если родитель не прерывает ситуацию искусственно шлепком или криком, он начинает учиться с этим как-то обходиться, осваивать разные стратегии. ***Ребёнок учится жить в мире, в котором его воля ограничена волей других людей***, в котором его желания и желания значимых для него людей не всегда совпадают. В этом главная задача этого возраста.

Важно, чтобы в процессе столкновений с вами ребёнок получал разный тип ответных реакций. Чтобы когда-то ему уступали, а когда-то не уступали, чтобы когда-то переводили в игру, а когда-то договаривались, а когда-то ещё по-другому, чтобы, как в жизни, были разные варианты. Это довольно естественно: есть что-то, чего вы не разрешите никогда, хоть он весь день ори. Например, совать пальцы в розетку. И есть вещи, в которых вполне можно уступить: ну, не хочет он такую кашу, не нравится ему, можно и не давать. И ещё много ситуаций, когда может быть по-разному. Вместе собрать игрушки. Пospорить с папой, что ребёнок не успеет одеться, пока вы считаете до десяти и с треском проиграть. Понять, что Луну с неба достать никак не выйдет, и поплакать про это.

Ну, и помнить, что этот кризис не будет вечным.