**Проблемы взаимопонимания родителей и детей в возрасте от 3 до 7 лет**

Возраст от трёх до семи лет очень важен в жизни детей в силу того, что формируются состояния, связанные с большей осознанностью и возникающим пониманием ответственности, появляются новые обязанности, необходимость принятия новых требований и изменений в отношениях с родителями и взрослыми., а только недавно привыкшие проводить время в детском саду дети, вдруг в течении короткого времени должны стать серьёзными первоклассниками.

В течении первых пяти лет жизнь с ребенком можно представить, как путешествие по заминированному лесу. Счастливые родители вдруг получают суперсекретное задание, провести свой маленький отряд к благополучному и радостному будущему, так чтобы не взорваться на кризисах, своем выгорании или психологических травмах.

Детские кризисы — серьёзное испытание даже для самой крепкой семьи. Вчера ещё милый ребёнок сегодня превращается в злого гремлина, с которым невозможно договориться. Трёхлетний на всё отвечает «нет». Пятилетка обманывает, дерется. Кажется, вы что-то сделали не так. Кризисы у детей, это испытания, которые бывают посерьёзнее многих других, которые уже приходилось преодолевать до рождения ребенка даже в семьях, в крепкости которых не приходилось сомневаться.

Проблемы детских кризисов обычно взаимосвязаны с ускоряющимися процессами развития. В три года чаще всего проявляется негативизм в форме желания быть самостоятельным, которое конфликтует с реальными способностями ребенка. Возникающим приступам истерики, упрямства, или даже, казалось бы, злости, удивляться и беспокоиться не стоит. Данный период развития преодолевают практически все дети трёх лет. Здесь важно, чтобы родители понимали, принимали и имели знания, о том, какие стратегии в плане воспитания и поддержки ребенка стоит использовать в это не простое время для него.

На данном этапе преодолеть возникающую проблематику в поведении детей могут помочь следующие, казалось бы, простые, но в то же время требующие от родителей особого терпения и проявления любви к ребенку, рекомендации:

* Стараться не проявлять собственных негативных чувств в виде любых форм агрессии, бессилия или ярости.
* Заинтересовать и отвлечь внимание ребенка на что-то другое.
* Если приходится сталкиваться с проявлениями упрямства, постараться найти компромиссное решение в данной ситуации, которое устроит ребёнка.
* Не доводить ситуацию до общения на повышенных тонах и криков, а так же избегать наказаний.
* Не стоит прибегать к различным формам запугивания, угрозам всевозможных бедствий или страшилкам и зловещим сказочным существам.
* В семье имеет смысл принять такую тактику воспитания, придерживаться которой будут все взрослые, принимающие участие в воспитании ребенка.
* Не реагировать и даже игнорировать все истерики не зависимо от времени и места, стараясь так поступать в любой похожей ситуации.

Когда приходит время и кризисы двух - трех лет остаются позади, и родителям могло казаться, что накаты истерик и упрямства не закончатся никогда, неожиданно происходят чудесные изменения — ребёнок прекращает бросаться из крайности в крайность, и мы наблюдаем стремительные изменения, и теперь возникает ситуация, когда становится возможно договориться практически по каждому спорному вопросу. Может обсудить то, что его не устраивает в данный момент. Приходя в детский сад, стремится подружиться со сверстниками, веселее проводит время и начинает развиваться с невероятной скоростью.

С взрослением у детей эмоциональное восприятие жизненных ситуаций происходит в более усложнённой и усиленной форме, в связи с этим родителям очень важно научиться принимать эмоции детей в сложных ситуациях, а также признавать их право на существование. Для того, чтобы дети вырастали психологически благополучными, им важно узнавать о том, как чувства, которые они испытывают, называются и в общении со взрослыми видеть, что испытывать эти чувства совершенно нормально и что они всегда могут получить поддержку и понимание, если это потребуется.

**Рассмотрим, как желательно себя вести, если эмоции захлестнули ребенка**.

* Необходимо уделить повышенное внимание и сфокусироваться на ребенке.

Если ребенок захлебывается от нахлынувших чувств, а вы в это время будете пытаться услышать его и параллельно продолжать заниматься какими-то другими делами, он это конечно заприметит. В такой момент ваше внимание должно принадлежать только ему, ведь если у ребенка возникла необходимость поделиться своим сердцем и выплеснуть эмоции, кроме родителей, по-настоящему мало, кто может в этом помочь. В такие минуты все остальное дела могут подождать.

* Правильным будет оказать ребенку невербальную позитивную поддержку.

Ребенок должен знать и чувствовать, что рядом с вами он находится в безопасности.

* Оказывать положительное влияние будет повторение услышанного от ребенка в моменты эмоциональных переживаний. Произнесенные повторно слова, которые говорит ребенок будут показывать ему, что его слышат и продемонстрируют, что он понят во всем, что его волнует и то, о чем он пытается рассказать, не будет истолковано неправильно. Это создаст еще большую основу для взаимопонимания и доверительного общения.
* Не стоит давить на ребенка с тем, чтобы он отказался чувствовать то, что он чувствует. Если он в этот момент заплакал, пусть лучше плачет, иначе он может решить, что по какой-то причине его чувства не правильные или даже не имеющие значения. Результатом может стать то, что ему будет трудно научиться справляться со своими эмоциональными состояниями и останется ощущение потерянности, что в будущем при взрослении может выразиться закрытых чертах характера, а во взрослом возрасте он останется неэмоциональным.
* Ребенку нужно задавать открытые вопросы.

Открытые вопросы не требуют ответов «да» или «нет», при обсуждении таких вопросов ребенку проще найти самовыражение и объяснить, что он чувствует и в результате эти чувства могут стать для него более осязаемыми и осознанными, что поможет ему становиться более уверенным и эмоционально восполненным.

* Любые эмоции имеют право на существование и об этом надо напоминать ребенку.

Недопустимой может возникнуть форма выражения таких чувств как ярость, гнев, отвращение или обида и других резко отрицательных проявлений, но важным остается то, что никакие чувства не могут быть неправильными, все они такие как есть и совершенно нормально испытывать их для каждого человека.

* Своё понимание надо обязательно показывать ребенку. Можно рассказать, как сами прибывали в аналогичных ситуациях, переживали их и прочувствовали то же самое.
* Проявление сочувствия должно быть искренним и настоящим. Тогда доверие между родителями и ребенком будет становиться более глубоким, позволяя еще больше сблизиться и находить общие точки соприкосновения в понимании и переживании сложных моментов, которые с взрослением будут изменяться, и в будущем даже при возникновении конфликтов позволят сохранять их управляемыми с возможностью находить решения в любой ситуации.