

Это следующий этап, на котором должна уже распасться бравада с мамой. Человек выходит из “Мы” и начинает строить качественно иные отношения - “Я и Ты”. Девиз этого возраста - “Я сам!”. Но это должно встать на уже уверенное “Я”. Какое “Я сам”, если “Я” ещё не сформировалось? А оно могло не сформироваться, если мы под застряли на прошлых фазах.

На 3 году происходит тоже много интересных подэтапов сепарации и индивидуализации. Одно из самых главных - ребенок должен был научиться сам справляться с фрустрацией и выходить в тишину. Переключение должно сформироваться между возбуждением и торможением. “Ааа, хочу, хочу, хочу! О, жалко! Ну ладно...” - адаптировался к тому, что 10-ой шоколадки не будет, и тогда появляются другие варианты: “Ну ладно, пойду сушку съем, раз не будет шоколадки, или ещё чем-то займусь...”. И количество этих фрустраций нужно “накатать”, как количество часов в автошколе, потому что каждое прохождение формирует какую-то часть этой дороги переключения между симпатической и парасимпатической нервной системой - возбуждением и торможением. Способность к адаптации - это очень важно. Это даёт возможность проживать свои неудачи, когда что-то не получается, когда нельзя, когда есть ограничения.

И ещё должна была произойти консолидация объекта - образ мамы в это время меняется. До этого ребенок воспринимал маму скорее инстинктивно - он боялся потерять ее, как базу жизнеобеспечения, недели как субъект любви, потому что ещё не выделился, не сепарировался. Что с мамой должно произойти в сознании ребенка?

Она должна приобрести более реалистичные черты - не как моя умелая река, а как человек отдельный, разный, с позитивными и негативными чертами, с которыми я буду строить отношения и учиться договариваться. И тем самым строить вообще начало своей будущей коммуникации с другими людьми этого мира и свою способность видеть в единстве противоречия, противоположности: этот мальчик не хочет дать мне машинку, но согласен дать мне лопатку, а не просто - он не хочет дать мне машинку, значит он плохой мальчик - бац ему по лбу. Изначально ребенок имеет представление как бы о двух разных местах - мама хорошая, которая делает, как я хочу. Но к 3 годам ребенок должен уже свести обе эти мамины ипостаси в одну - мама и такая, и такая, и все же это моя любимая мама, я могу выносить, когда она делает не то, что я хочу. И я могу договариваться с ней. Если мы не прошли консолидацию объекта в целом, то потом во взрослом возрасте мы видим этот мир очень своеобразно и нам с ним тяжело. Потому что мы пытаемся решить очень часто на основании отклика от внешнего мира - я хороший или плохой: мне кто-то сказал в сердцах гадость, и я уже больше ни есть, ни спать, ни быть спокойной не могу - обесцениваю все, что сделала, а человек просто не с той ноги встал. Нет понимания того, что все многогранно и существует одновременно - сегодня он просто в таком настроении был: расстроен, обижен - какие-то причины у него есть. А тут либо чёрное, либо белое - категоричность в суждениях очень во многих аспектах может нас подводить и во взрослом возрасте. Она, конечно, будет выглядеть не так, как в 2,5 год, но суть процесса может оставаться той же самой.

Кризис 3 лет знаменуется ещё запросом на исследование границ. Своих - что я могу сам? В отношениях - что ты позволишь мне? Что будет, если я не буду их соблюдать? Это теперь главный интерес ребенка. Ничего личного - он в Вам хорошо относится, просто в него задача - понять, что с этим миром делать. Эта первая структура границ, понимания своих возможностей - в том числе процесс безопасности связан с границами.