

## Консультация для родителей

### «Кризис трех лет»

Возраст с 2,5 до 3,5 лет в психологии называют *кризисом 3 лет или кризисом «Я сам»*.

Кризис сопровождается массой позитивных и негативных изменений в детском организме, но все трудности носят временный, преходящий характер.

В три года дети сравнивают себя с взрослыми и хотят во всем быть похожими на них. Они ожидают от семьи признания своей независимости и самостоятельности. Он не может ждать, пока вырастет – он уже сегодня, немедленно, сейчас хочет быть взрослым: «Я сам! Я сама!»...

Взросшие потребности трехлетнего ребенка не могут быть удовлетворены прежним стилем общения с ним и прежним образом жизни. Возникают противоречия между возможностями и желаниями ребенка.



Ребенок пытается любой ценой завоевать самостоятельность и самоутвердиться, разными путями выражая протест против зависимости от родителей, настаивает на равноправии. Он бурно реагирует на оценки, становится злопамятным и обидчивым, начинает хитрить.

*Три года* – это тот рубеж, на котором заканчивается раннее детство и начинается дошкольный возраст. В это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «я». Ребенок начинает отделять себя от мира взрослых и вступает в самостоятельную жизнь. Без психологического отдаления от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных ситуациях.

Ребенок не понимает, что с ним происходит, не может оценить свое поведение, регулировать свои поступки и выражение эмоций. Становится упрямым, капризным, вздорным.

Не надо пугаться! Это не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление кризиса говорит о том, что в психике ребенка сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности.

Рассмотрим *симптомы кризиса*:

- **Негативизм** – стремление все сделать наоборот, вопреки всем требованиям и просьбам взрослых.
- **Упрямство** – ребенок настаивает на своем не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что *он* этого потребовал.
- **Строптивость** – направлена против норм воспитания, образа жизни в целом, против тех правил, которые были в его жизни до трех лет.
- **Своеволие, своенравие** – все хочет делать сам, отказывается от помощи там, где еще мало что умеет.



Второстепенные симптомы:

- **Протест–бунт** – ребенок находится в стадии войны со всем и всеми.
- **Обесценивание** – ребенок начинает ругаться, обзывать.
- **Деспотизм** – проявляет деспотичную власть по отношению к окружающим.

Следствием проявления перечисленных симптомов могут стать внутренние и внешние конфликты. Невротические симптомы (энурез, ночные страхи, заикание и др.)

*Кризис трех лет – это кризис, прежде всего, социальный, кризис взаимоотношений между ребенком и окружающими людьми.*

### **Что могут сделать родители во время кризиса.**

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как необходимость.
- Истеричность и капризность требуют зрителей. Не прибегайте к помощи посторонних.
- Во время приступа оставайтесь рядом. Дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.
- Не пытайтесь во время приступа что-нибудь внушать ребенку. Это бесполезно. Ругать не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат.
- Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять за руку и увести.
- Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.
- Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка!» (книжка, штучка и т.д.). «А что это там за окном..?» - подобные маневры заинтригуют и отвлекут, т.к. у малышей очень подвижное внимание, легко

переключаемое. Лучше сделать вид, что вы очень заинтересовались чем-то, восхитились. Акцентируйте эмоции и смотрите только «туда». («Ух ты, вот это да! Какая красота!»). Текста должно быть много, чтобы малыш не успевал вставить свои требования в промежутки.

- Не надо обращаться непосредственно к плачущему или кричащему ребенку и уговаривать его не кричать – подольете огонь в масло.

- После истерики, ссоры, когда ребенок успокоился, пожалейте его, объясните, в чем он не прав. Дайте ему понять, что вы любите его любого.

- Нежелательно использовать авторитарную модель взаимодействия в общении с ребенком. Это может провоцировать приступы негативизма всякий раз, когда отдается строгий приказ: «Не трогай!», «Ешь быстро!» и т.п.

- Как можно меньше вмешивайтесь и торопите ребенка. Пусть он одевается и раздевается в свое удовольствие (если, конечно, позволяет время). Развивайте самостоятельность! Чрезмерная заботливость неизбежно делает ребенка слишком зависимым от родителей, ведет к серьезным проблемам в дальнейшем – комплексам в общении.

- Если вы «не заметили» крика, его не следует обсуждать, тем более – наказывать.

- Можно воспользоваться приемом действия «от противного» - разрешить кричать. «Ты собираешься плакать? Можно, я тебе разрешаю».

Кричать не будет, так как это разрешено. Сам факт дозволенности сбивает ребенка с толку.

- Если вы на чем-то настаиваете, оставайтесь неприступными, доводите дело до конца. При этом будьте спокойными. Меньше слов – больше дела.
- Побольше совместных дел. Это может быть и игра, и уборка квартиры.
- Ребенок должен усвоить с детства, что мама и папа – главные люди в семье. Они принимают решения. Их слово – закон.

Положительные черты кризиса трех лет.

Ребенок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств. Задача взрослого – не допустить закрепления крайних проявлений.

*Упрямство* – крайняя степень проявления воли.

*Капризность* – демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я».

*Эгоизм* – чувство собственного достоинства.

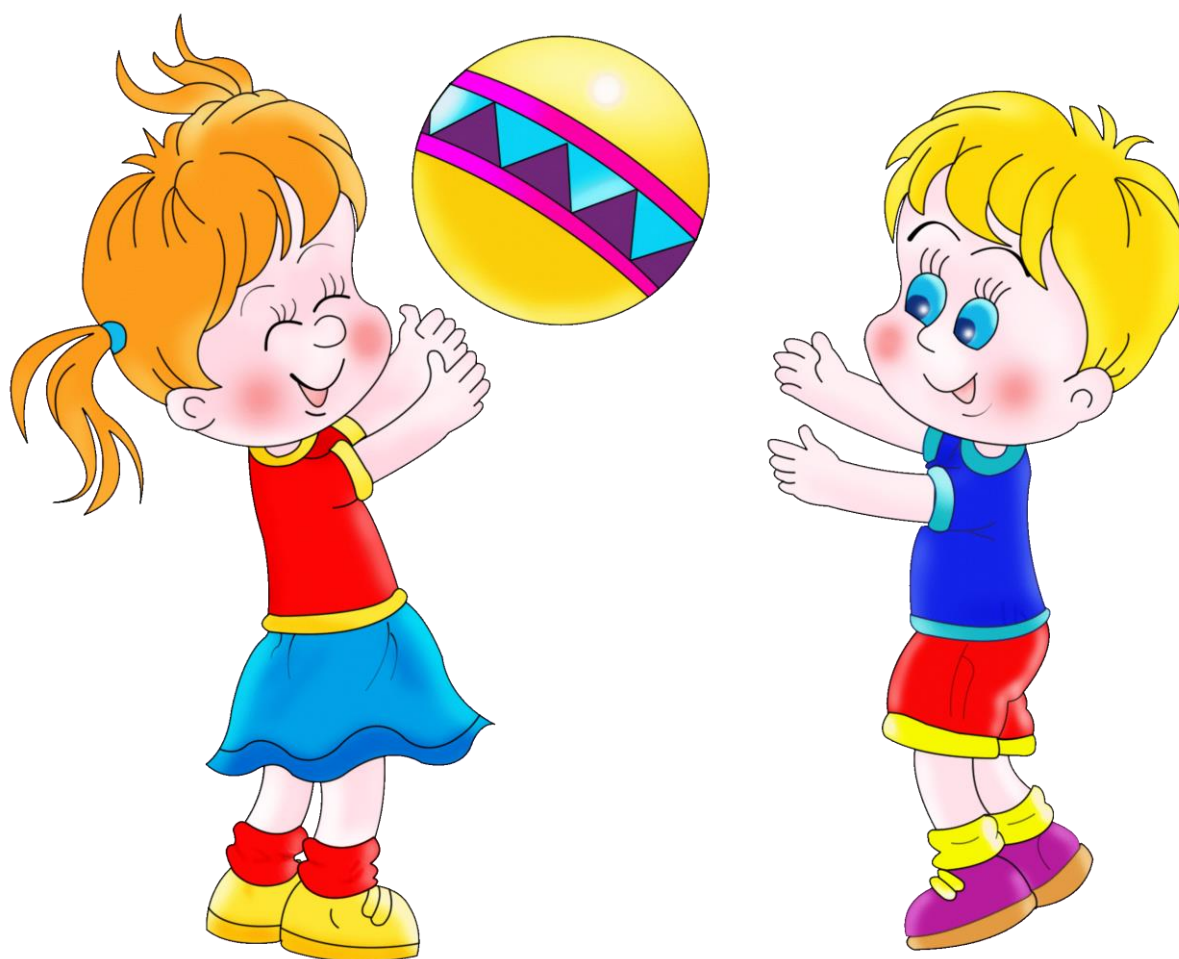


*Агрессивность* – крайняя форма чувства самозащиты.

*Замкнутость* – неадекватная форма проявления здоровой осторожности.

Не ждите и не надейтесь, что ваш ребенок будет в точности таким, каким вы его хотите видеть. Такого не бывает. Дети всегда идут своим путем. Поэтому меньше думайте о том, каким ваш ребенок должен быть, а внимательнее смотрите, какой он есть. Думайте, как ему помочь, а не как его исправить.

Не слишком вините себя, что не смогли добиться желаемого результата. Результат воспитания нельзя с точностью запрограммировать. От родителей зависит многое, но не все трудности и проблемы, связанные с воспитанием, объективны. Но в то же время они преходящие.



Подготовили : Труфанова Л.Н.  
Гапонова М.В.