

Консультация (для родителей)

«Кризис трехлетнего возраста».

Сегодня мы с вами поговорим о кризисе 3 лет.

Наиболее простое и очевидное проявление любого психологического кризиса заключается в том, что ранее спокойный и покладистый ребенок без видимых причин становится непослушным.

Он все делает наоборот, будто специально провоцируя на конфликт. Его невозможно без скандала ни накормить, ни уложить спать, ни собрать на прогулку. Все чаще случаются «концерты» в магазине или на улице.

Это маленькое, но очень сообразительное существо понимает, что нам проще уступить, чем опозориться. Уровень эмоционального и интеллектуального развития позволяет уже даже шантажировать. 1

Что происходит? Мы воспитываем малыша как всегда: в меру строги, в меру демократичны. Почему же ребенок вдруг перестает 1 считаться с нами?

Отчего непоколебимые авторитеты в одночасье 1 рушатся? А все дело в том, что вы столкнулись с кризисом 3 лет.

Здесь следует отметить, что хотя этот кризис может наступить и в 2 года, и в 3, и 3,5, и даже в 4. Все зависит от индивидуального темпа развития ребенка.

В чем же суть этого возрастного кризиса?

Необходимо проанализировать развитие ребенка до 3 лет. Первые три года ребенок физически и психически зависим от матери и от взрослых, его окружающих: через них взаимодействует с миром, 1 познает его, удовлетворяет свои потребности. Но по мере развития роль взрослых отходит на второй план. Все большее число действий может быть выполнено ребенком самим. Он уже планирует свои действия и может предвидеть результат, начинает замечать связь 1 между успешным и неуспешным действием и реакцией на это взрослого. Через оценку родителей, родственников, окружающих у ребенка формируются самосознание и самооценка. Возникает феномен «Я». Ребенок уже не говорит «Вася хороший», он сообщает: 1 «Я хороший».

Его уверенность в себе достигает вселенского масштаба: «Ура! Я сам это умею! Я сам это могу! Я большой, как мама и папа!» Ребенок начинает осознавать себя отдельной независимой личностью.

Но... в силу возрастных возможностей малыш никак не может обойтись без матери. И он за это сердится на нее и «мстит» слеза-1 ми, возражениями, капризами.

Малыш как бы находится между двух огней:

- 1) он слишком уверен в себе и своих силах, хочет всего добиться сам;
- 2) он знает: без взрослого ему не обойтись. И вот эта двойственность буквально разрывает его на части.

Он начинает нервничать, переживать. Ведь для нас, взрослых, ребенок по-прежнему маленький, а для него самого он уже большой. И вопиющее несправедливое обращение с ним как с малышом заставляет его сопротивляться и бунтовать!

Свой кризис ребенок не может утаить: тот, словно иглы у ежа, горчит наружу и весь направлен только против взрослых, которые все время рядом с ним, ухаживают, предупреждают все его желания, не замечая и не понимая, что он уже все может делать сам.

Как правило, в центре событий оказывается мать. И главная ответственность за правильный выход из этого кризиса возлагается на нее. Запомните, что малыш страдает от кризиса сам.

Что характерно для ребенка в период кризиса 3 лет?

В психологии существует перечень признаков «кризиса 3 лет», так называемое семизвездие — своеволие, упрямство, негативизм, строптивость, протест-бунт, обесценивание, деспотизм.

Но это все следствия одной причины, кратко и емко описывающей поведение ребенка в данный период: ребенок стремится не только что-то делать самостоятельно, но и самостоятельно решать, делать это или нет.

Давайте, я более подробно поясню эту мысль на каждом признаке «семизвездия».

Своеволие. Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет.

Понимаю, бывает удобнее сделать что-то за него, ведь так быстрее. Но этим вы лишаете его радости от процесса деятельности.

Посмотрите в его счастливые глаза, и увидите в них гордость от осознания факта своей самостоятельности!

Что делать? Позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это ему не по силам. Если у крохи что-то получилось, обязательно похвалите его, объясните, что именно он сделал хорошо, и подчеркните, какой он стал большой и самостоятельный. Такое признание успехов поднимает самооценку, придает уверенности в силах.

Упрямство. Когда ребенок упрямится, он настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал: «Я так решил!»

Например, малыш просит дать ему мяч. Но мяча нет, и мама предлагает ему замену, например его любимую книжку. Малыш понимает, что книжка намного интереснее, чем мяч. Но все равно настаивает на своем: «Дай мяч!»

Почему? Потому что это мама предложила книжку, а не он сам так решил.

Что делать? Просто подождите несколько минут. Малыш сам созреет и примет решение — попросит книжку. Удивительно, но факт!

Негативизм и строптивость. Ребенок поступает вопреки не только родителям, но порой даже своему желанию. Малыш отказывается выполнять просьбы не потому, что ему не хочется, а только потому, что его об этом попросили.

Например, мама предлагает идти на прогулку. Малыш, который обожает гулять, почему-то заявляет: «Не пойду!» Почему? Потому что это мама предложила идти гулять, а не он сам так решил!

Что делать? Попробуйте вместо утвердительной формы «Идем гулять!» просто спросить малыша о его желании: «Солнышко, мы гулять пойдем?»

В некоторых ситуациях можно применить маленькую военную хитрость. Например, вместо вопроса «Ты будешь кушать?», задайте вопрос, содержащий несколько вариантов для выбора, но на который нельзя ответить нет: «Ты будешь кушать гречневую кашу или рисовую?»

Ну и совсем в крайних случаях, можно предложить ребенку сделать противоположное, с расчетом на то, что малыш из чувства негативизма сделает то, что надо. Например, скажите: «Гулять сегодня не пойдем!», тогда малыш будет настаивать на прогулке. Но часто прибегать к этому способу не советую, так как это обман.

Протест-бунт. Это ответ на давление со стороны родителей и их желание все решать за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Садись за стол!», «Надень тапочки!»).

Бурная энергия ребенка должна найти выход в деятельности. А если ее сдерживать, она выливается в виде эмоций (гнева, истерик) или ребенок будет искать другие пути освобождения от накопившегося напряжения, например в виде агрессии.

Что делать? Если малыш заходится в истерике, спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему.

Что-либо объяснять во время истерики бесполезно. Так уж устроена психика. Во время проявления эмоций человеку трудно сосредоточиться на том, что ему говорят (это принцип доминанты — очаг возбуждения в головном мозге подавляет все остальные).

Симптом обесценивания. Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (он может бросать их, ломать) и к людям (малыш может стукнуть или обозвать маму грубыми словами).

Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией).

Потом он поймет, что такое его поведение может быть неприятно другим людям. А пока... Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если...).

*Что делать?*⁹ Направляйте энергию ребенка в мирное русло. Например, если малыш рвет книжку, предложите ему рвать старые журналы. Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек.

Деспотизм. Это стремление ребенка подавлять окружающих. Взрослые должны удовлетворять желания маленького тирана, в противном случае их ждут истерики.

*Что делать?*⁹ Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей — будьте непреклонны (безо

всяких исключений). Позволяйте малышу совершать ошибки, ведь он сейчас учится исключительно на собственном опыте.

Ну что ж, надеюсь, общее представление о кризисе 3 лет, и о том, что происходит с ребенком, у вас сформировалось?

Придерживайтесь следующих правил.

1. Единство требований.
2. Культура общения.
3. Поощрение самостоятельности и активности.
4. Границы активности — четко определить, что можно делать, а что нельзя.