

«Кризис 3 лет. Как его пережить?»

Переход от раннего детства к дошкольному получил название кризиса трёх лет – это переломный момент в жизни малыша. Его называют «трудным» возрастом – относительно послушный, во всём полагающийся на взрослого и подражающий ему ребёнок, превращается в упрямого строптивца с непредсказуемым поведением и бурными реакциями. Сроки возникновения такого кризиса обычно приходятся на конец третьего, начало четвёртого года жизни. Кризисные периоды длятся недолго, несколько месяцев, при неблагоприятном стечении обстоятельств, растягиваясь до года или даже нескольких лет. Некоторые особенности в поведении вашего ребёнка подскажут вам о скором наступлении кризиса. К таким особенностям относятся:

- интерес к своему отражению в зеркале;
- девочки активно интересуются своим внешним видом, тем, как они выглядят в глазах окружающих;
- мальчики проявляют озабоченность своей эффективностью, например, в конструировании и остро реагируют на неудачу.

Почему же появляется такая разница между поведением мальчиком и девочек? Дело в том, что сложившимися традициями воспитания в социуме девочки ориентированы на привлекательность в общении, а мальчики, на эффективность в деятельности. Девочки наряжаются, красуются перед зеркалом, кривляются, изучают свою мимику. Мальчики усердно строят башни из кубиков, замки из конструктора, но, если башня случайно рушится или замок ломается, то они бурно реагируют на неудачу (визжат, кричат, плачут).

Как правило, через несколько месяцев после наступления такого поведения, наступает кризис трёх лет.

Для кризиса 3 лет характерны следующие особенности в поведении:

1. *Негативизм* - ребенок негативно реагирует не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого. Он не делает что - то только потому, что это предложил ему определенный взрослый человек. Негативизм может быть избирательным: ребенок может игнорировать требования одного члена семьи, а с другими быть достаточно послушным. Главный мотив действия - сделать наоборот, то есть прямо противоположное тому, что ему сказали.

2. *Упрямство* - это реакция ребенка, который настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались. Допустим, ребенка зовут домой и он отказывается уходить с улицы. Заявив, что он будет кататься на велосипеде, он действительно будет кружить по двору, чем бы его ни соблазняли (игрушкой, десертом, гостями), хотя и с совершенно унылым видом.

3. В переходный период может появиться *строптивость*. Она направлена не против конкретного взрослого, а против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых в семье норм воспитания. Ребенок стремится настоять на своих желаниях и недоволен всем, что ему предлагают и делают другие.

4. Разумеется, ярко проявляется *тенденция к самостоятельности*: ребенок хочет все делать и решать сам. В принципе это положительное явление, но, во время кризиса приводит к своеволию, что вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.

5. У некоторых детей конфликты с родителями становятся регулярными, они как бы постоянно находятся в состоянии войны со взрослыми. В этих случаях говорят о протесте - *бунте*. В семье с единственным ребенком может появиться деспотизм. Ребенок жестко проявляет свою власть над окружающими его взрослыми, диктуя, что он будет есть, а что не будет, может мама уйти из дома или нет и т. д..

6. *Обесценивание* того, что раньше было привычно, интересно и дорого. Причём относится это как к близким людям, так и к неодушевлённым предметам и правилам поведения. Прежде, казалось бы, воспитанный ребёнок начинает бросать любимые машинки, отрывать куклам руки, вырывать страницы из книжек.

7. *Деспотизм* – выражается в том, что ребёнок своим поведением стремится «заставить» окружающих делать то, что хочется только ему. Деспотизм проявляется особенно ярко, если ребёнок в семье единственный и ему привыкли потакать. Деспотизм может сопровождаться регрессом (просьбами дать соску, покормить из ложечки и т. д.). Положительная сторона деспотизма – формирование воли, у ребёнка формируется умение отстаивать свою позицию.

Как нужно вести себя родителям в период кризиса трёх лет у ребёнка?

По тому, на кого направлен кризис ребенка трех лет, можно судить о его привязанностях. Как правило, в центре событий оказывается мать. Запомните, что малыш страдает от кризиса сам. Но кризис трех лет – это важнейший этап в психологическом развитии ребенка, знаменующий переход на новую ступеньку детства. Поэтому, если вы увидели, что очень резко изменился ваш малыш, и не в лучшую сторону, постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими в воспитательных мероприятиях, расширяйте права и обязанности малыша и в пределах разумного дайте вкусить ему самостоятельность, чтобы насладиться ею. Знайте, что ребенок не просто не соглашается с вами, он испытывает ваш характер и находит в нем слабые места, чтобы воздействовать на них при отстаивании своей независимости. Он по несколько раз в день перепроверяет вас: действительно ли то, что вы запрещаете ему, запрещено, а может быть - можно. И если есть хоть маленькая возможность «можно», то ребенок добивается своего не у вас, так у папы, у бабушек, дедушек. Не сердитесь за это на него. А лучше сбалансируйте правильно поощрение и наказание, ласку и строгость, не забывая при этом, что

«эгоизм» ребенка наивный. Ведь это мы, а никто иной, приучили его к тому, что любое его желание как приказ. И вдруг - что-то почему-то нельзя, что-то запрещено, в чем-то отказывают ему. Вы изменили систему требований, а почему – ребенку трудно понять и он в отместку твердит вам «нет». Не обижайтесь за это на него. Ведь это ваше обычное слово, когда вы воспитываете его. А он, считая себя самостоятельным, подражает вам. Поэтому когда желания малыша намного превосходят реальные возможности, *найдите выход в ролевой игре*, которая с трех лет становится ведущей деятельностью ребенка. К примеру, ваш ребенок не хочет кушать, хотя голоден, в таком случае вам не стоит упрашивать его покушать. Накройте стол и посадите на стульчик мишку. Изобразите, будто мишка пришел обедать и очень просит малыша, как взрослого, попробовать, не слишком ли горячий суп, и, если можно, покормить его. Ребенок, как большой, садится рядом с игрушкой и незаметно для себя, играя, вместе с мишкой съедает полностью обед.

Как вести себя родителям в период кризиса трёх лет у ребёнка?

- Постарайтесь быть более внимательны к своему ребёнку, проявляйте больше любви, тепла, заботы, чаще говорите о том, что любите его.

- Помните о том, что у вашего ребёнка есть свои проблемы. Больше разговаривайте с ним. Заведите традицию беседовать с ребёнком перед сном. Избегайте при этом сильных эмоций, чтобы не перевозбудить ребёнка.

- Пусть ваш малыш больше двигается, тогда у него будет меньше энергии оставаться на конфликты и борьбу с родителями.

- Не поддерживайте ребёнка, если он проявляет истерические формы поведения. Например, если ребёнок громко кричит, требует чего-нибудь в общественном месте, бросается на пол, родители часто из стыда уступают ребёнку и выполняют его требование. Это неправильно, так как такая форма поведения закрепляется и сохраняется даже по окончании переходного возраста. Правильнее в этой ситуации сохранять спокойствие, демонстрировать доброжелательную сдержанность либо совсем игнорировать (например, отойти на некоторое расстояние).

Региональная ресурсная служба «Семья от А до Я» Г(О)БУ Центра «Семья»

- Во время протестных реакций ребёнка, старайтесь не терять самообладание, выслушайте мнение ребёнка. Если он бунтует против мер безопасности, не идите «на поводу» и не меняйте своего решения.

- Введите запреты на действия, которые могут навредить ребёнку или другим людям.

- Показывайте ребёнку своим поведением то, что ваше внимание он может получить мирным способом, без слёз и истерик.

