

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.

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, своеправие** – 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, употреблять нецензурную брань.

- **Деспотизм** – проявляет деспотичную власть по отношению к окружающим.

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

Если частые приступы капризности, истерики, необходимо давать капли валерианы или пустырника.

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.

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.

Педагог - психолог Иванова К.О.