

## Консультация для родителей «Кризис 3-х лет: особенности протекания и пути преодоления»

Кризис трех лет - один из самых ярких по проявлениям кризисов детства, нередко застающий родителей врасплох. Кажется, еще вчера ваш малыш был милым и послушным, как вдруг перед вами новое испытание - ребенка как подменили. Он капризничает, упрямится, с ним трудно даже договориться в тех ситуациях, в



которых раньше достаточно было просто попросить или даже указать на то, что нужно делать. Что же случилось с хорошим ребенком? Чтобы ответить на эти вопросы, давайте попробуем разобраться в сути и причинах кризиса трех лет. Кризис трех лет начинается примерно в 2,5 года и заканчивается в 3,5 года. Считается одним из самых сложных, но важных и нужных этапов развития и становления личности и характеризуется целым рядом поведенческих проявлений. В него входят 7 основных симптомов этого возраста.

- 1. Негативизм.** На ВСЕ предложения взрослых ребенок заведомо отвечает отказом.
- 2. Упрямство.** Малыш настаивает на чем-то только потому, что он сам это предложил.
- 3. Строптивость.** Малыш вдруг восстает против обычных дел, которые раньше выполнял без проблем. Категорически отказывается умываться, есть, одеваться и т.п.
- 4. Своеволие.** Теперь всегда на первый план выходит то самое до боли знакомое «Я сам!». Он норовит делать сам все, что умеет и не умеет. Много пока не получается, он понимает, что нужно обратиться за помощью к взрослому, но гордость не позволяет, ведь он и сам уже взрослый! Бедного маленького человека раздирает внутреннее противоречие: и сам не могу, и просить взрослых не могу. Конфликт, горе, истерика, рев...
- 5. Протест, бунт.** Малыш со всеми идет на конфликт, причем родителям кажется, что он злобно издевается над ними.
- 6. Обесценивание.** Демонстративно ломает игрушки, рисует маминой помадой на стенах и т.п. Психологи объясняют: тем самым он напоминает: «Я здесь главный!».
- 7. Деспотизм и ревность.**

Ревность особенно ярко проявляется в семьях, где есть второй ребёнок..

### ***Что в это время происходит с ребенком?***

Кризис третьего года жизни - это период, когда ребенок впервые начинает осознавать: он подросток и тоже уже кое-что собой представляет, может влиять на других людей и обстоятельства, сам решать, как ему поступать, что он хочет и не хочет. Он чувствует себя большим и требует соответствующего отношения и уважения! А мы, родители, по-прежнему диктуем и командуем - что надеть, когда есть и спать, чем играть и что делать. Потому и рождается бунт: я все решаю сам! Причем завоевание права на самоопределение проходит не только в борьбе со взрослыми, но и с самим собой. Родителям бесконечно тяжело выдерживать упрямство, крики, истерики. Но помните: вашему малышу гораздо тяжелее в этих своих противоречиях!

***Пик кризиса — истерики.*** Теперь истерика стала инструментом манипуляции. Ребенок как будто испытывает, поможет такой метод добиться своего или нет. Истерики требуют зрителей - вот почему малыш так любит устроить сцену в магазине, на детской площадке или прямо посреди улицы.

Следует ещё раз подчеркнуть, что такое тяжёлое кризисное поведение - абсолютно нормальное поведение для трёхлетнего ребёнка. Яркое проявление самостоятельности и самоутверждения ребёнка - свидетельство того, что его развитие идёт в соответствии возрасту. Не стоит пугаться кризисного поведения, не стоит говорить ребёнку, что он "плохой" или хуже других. Надо попытаться помочь ему преодолеть этот сложный период и смягчить проявления кризиса.

Так как же лучше реагировать на упрямство и капризы ребёнка? Как помочь преодолеть кризис трёх лет? Попробуйте воспользоваться следующими советами:

1. Поощряйте самостоятельность и активность малыша. Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя;
2. Установите границы активности малыша. Они должны определяться сферой его безопасности. Покажите ребёнку зону "можно" и "нельзя";
3. Будьте последовательны в своих требованиях. Если вы что-то не разрешаете ребёнку, то стойте на своём до конца. В противном случае слёзы и истерики станут для него удобным способом добиться своего;
4. Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребёнку одинаковые требования;
5. Не пытайтесь ругать или уговаривать ребёнка во время приступа упрямства. Скорее всего, он просто не обратит на вас внимания. Для любой истерики требуется зритель, и ваше особое внимание будет только на руку маленькому упрямцу.
6. Во время приступа попытайтесь переключить внимание малыша, показав ему что-то новое и интересное. Подобные приёмы могут отвлечь внимание капризули от плача и истерики. В противном случае,

вы можете какое-то время не обращать на него внимание - истерика пройдёт сама собой, ведь кричать и топтать ногами без зрителей совсем не интересно.

**Взрослым в период кризиса детей 3-х лет следует быть с малышами особенно внимательными и предупредительными.**

1. Никогда не паникуйте, если ребёнок ведёт себя эгоистично, непредсказуемо; чем глубже кризис, тем выше следующий за ним взлёт.
2. Постоянно излучайте спокойную уверенность в том, что всё идёт обычным, естественным путём.
3. Не допускайте нервозности и суеты в общении с малышом.
4. Деликатно, ненавязчиво активизируйте поведение и познавательную активность ребёнка.
5. Проявляйте терпение, не форсируя событий.
6. Помогайте ребёнку осознать вредные для него последствия любых капризов.
7. Спокойно возвращайте малыша к реальной ситуации, к её пониманию.
8. Если малыш не хочет поделиться с товарищем своей игрушкой, ему нужно терпеливо и понятно объяснить, в чём он не прав и как следует поступить.
9. Не упрекайте малыша, если он допустил промах, не обвиняйте его, старайтесь не замечать неудач ребёнка.
10. Не произносите вслух никаких уничижительных высказываний в адрес ребёнка.
11. Никогда не кричите на ребёнка.

Кризис трех лет должен состояться в жизни каждого ребенка обязательно. Если его нет, с малышом что-то не так. Кризис - это хорошо! Да, вас ждет трудный период, но он определяет новую ступень развития ребенка. И поэтому, уважаемые родители, от вас требуется терпение, выдержка и правильно выбранная тактика в общении со своим ребёнком.

Литература:

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. -- СПб. [и др.] : Питер, 2008.
2. Гуськова Т. В. Особенности кризиса 3 лет в психическом развитии ребенка // Тезисы в сборник: "Исследование проблемы дошкольного воспитания в трудах молодых ученых" / Под ред. Н. Н. Поддъякова и Г. Г. Кравцова. -- М., 1985.
3. Гуськова Т. В. Трехлетние дети в детском саду и дома // Дошкольное воспитание, № 5, 1984.
4. Гуськова Т.В., Елагина М.Г. Личностные новообразования у детей в период кризиса 3 лет / Т.Гуськова // Вопросы психологии. -- 1987. -- № 5. - С. 54