

## Консультация для родителей: «Кризис 3–х лет у детей»

*Педагог - психолог: Таранова Л.В.*

Что делать родителям? Упрямство, протесты, истерики и своеволие - частые проявления кризиса 3 лет у детей.

Еще вчера милый и послушный, малыш вдруг превращается в тирана, устраивающего истерики по любому поводу. Как реагировать и что делать родителям?

Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным, в этом возрасте дети уже имеют собственное "хочу" и готовы отстаивать его перед взрослыми.

Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности. Ярко выраженная особенность данного периода - **кризис трех лет**.

Кризис может быть как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит – радуйтесь,- ваш ребёнок развивается нормально.

Первые признаки кризиса нередко можно заметить уже в 1,5 года, а пик его приходится на возраст около трёх лет (2,5-3,5 года).

У малышей он может проявляться по разному, но основными «симптомами» являются крайнее упрямство, негативизм и своеволие.

Малыш отказывается ложиться спать, не хочет сам одеваться, убирать игрушки. Капризничает – «Я хотел пойти другой дорогой!» (Когда пройдено уже половина пути и свернуть на другую дорогу уже нет возможности). Кричит и топает ногами, если родители не выполняют любую его просьбу. Нередко такое поведение ребенка застаёт родителей врасплох. Еще вчера ребенок с удовольствием выполнял все несложные поручения, и вдруг он начинает все делать «наоборот» - убегает, когда его зовут, раздевается, когда просят одеться теплее. Порою, кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Не зная, как реагировать на детские истерики и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся.

Как реагировать родителям?

Что делать родителям, если ребенок ведет себя вызывающе?

В первую очередь, не стоит заострять внимание на плохом поведении ребенка, и тем более пытаться сломить его. Это не приведет ни к чему хорошему. Но и впадать в другую крайность – вседозволенность, тоже нельзя. **Ребенок не должен решить, что истерика – это надежный способ добиться своего. Самое мудрое, что могут сделать родители в данной ситуации – отвлечь ребенка, переключить его внимание на что-то другое.** Например, предложить почитать ему любимую книжку или вместе поиграть в какую-нибудь игру. Конечно, если ребенок уже достиг пика истерики, это не сработает. В этом случае приступ детского гнева нужно просто переждать. Если вы находитесь дома – твердо скажите ребенку, что вы

поговорите с ним, когда он остынет, и займитесь своими делами. **Оставайтесь спокойны, как бы трудно это ни было.** После этого объясните ребенку, что вы его очень любите, но капризами он ничего не добьется.

Если истерика случилась на улице или в магазине (а дети любят работать на публику), по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место.

Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет». Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас пойдем гулять», а создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?», «Мы будем играть в песочнице или пойдем на горку?».

Помогите ребенку справиться с кризисом кризис трех лет Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее. **Он не понимает, что с ним происходит, и не в состоянии контролировать свое поведение. И ему нужна ваша поддержка. Не забывайте хвалить малыша за хорошее поведение и поощряйте самостоятельность «Катюша молодец! Маленькие детишки не умеют убирать за собой игрушки, а Катюша умеет», расскажите бабушке или папе, пришедшему с работы: «Сегодня Катюша такая умница – сама днем спать легла».** Это поможет сформировать у ребенка положительный образ себя. Реакция родителей на капризы ребенка при кризисе 3 лет - очень важный вопрос. Конечно, упрямство любимого чада огорчает родителей, испытывая их нервы на прочность.

Трехлетка настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабинку или наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию на, казалось бы, простую просьбу. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации и даже если очень сложно – держите себя в руках. Ведь кризис 3 лет у ребенка – это вовсе не проявление вредности или негативной наследственности, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение силы воли и собственной значимости. Это жизненный этап, без которого невозможно становление личности ребенка. Кризис трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот год: терпение, терпение и терпение!

На третьем году жизни у детей обычно проявляется кризис, который выражается в упрямстве, «скандальном» поведении и негативном отношении к взрослым. Самая популярная фраза в этом возрасте «Я сам!». Давайте попробуем разобраться, в чём суть этого кризиса, как он проявляется и чем можно помочь ребёнку.

Прежде всего, хочется отметить, что это необходимый для развития кризис. Так или иначе, все дети проходят через него. Кризисы помогают нам перейти на новую ступеньку развития. Кризис 3 лет – это важный этап в становлении психического развития ребёнка. Это кризис социальных отношений ребёнка.

Кризис может быть как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит – радуйтесь,- ваш ребёнок развивается нормально.

Первые признаки кризиса нередко можно заметить уже в 1,5 года, а пик его приходится на возраст около трёх лет (2,5-3,5 года).

### **Основные симптомы кризиса 3-х лет**

**1 Негативизм.** Его надо отличать от обычного непослушания. При непослушании дети отказываются делать то, что не хотят делать. При негативизме дети отказываются делать даже то, что хотят делать (т.е. им важно сделать именно наперекор тому, что требует взрослый). Негативизм – это такие проявления в поведении ребёнка, когда он не хочет что-либо делать только по тому, что это предложил кто-то из взрослых.

Пример непослушания: ребёнок играет во дворе. Его зовут домой обедать, но ему хочется погулять ещё, поэтому он отказывается (обратите внимание, ребёнок отказался именно по тому, что ему хочется погулять ещё).

Пример негативизма: ребёнок играет во дворе. Его зовут домой обедать, но он отказывается (хотя сам уже давно нагулялся и хочет есть). Т.е. он отказался от того, чего на самом деле хочет, но отказался только по тому, что это просит взрослый.

Ещё пример негативизма: к девочке подходит взрослый и говорит, что у неё хорошее чёрное платье. На что девочка возражает: «Нет, оно не чёрное, а белое». Взрослый говорит: «Ну, хорошо, у тебя белое платье». Девочка отвечает: «мое платье чёрное!». Обратите внимание, девочка прекрасно умеет различать чёрный и белый цвет, она хочет сказать наперекор взрослому.

При негативизме на первый план выступает социальное отношение, отношение к другому человеку. Т.е. негативизм адресован к человеку, а не к содержанию того, о чём ребёнка просят.

Также здесь проявляется новое отношение ребёнка к собственному аффекту. Если раньше можно было сказать, что аффект и деятельность у ребёнка едины, то теперь мы видим, что ребёнок может не действовать непосредственно под влиянием аффекта.

Таким образом, негативизм – это такое поведение, при котором мотив находится вне данной ситуации.

Итак, суть негативизма заключается в отказе от выполнения вашей просьбы лишь из-за желания делать наперекор взрослому.

**2 Упрямство.** Упрямство – это такая реакция ребёнка, когда он настаивает на чём-либо не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он это потребовал. Упрямство нужно уметь отличать от настойчивости, когда ребёнок хочет чего-нибудь и настойчиво добивается этого.

Пример настойчивости: ребёнку нравится кататься на санках, и поэтому он отказывается от предложения мамы пойти домой.

Пример упрямства: мама зовёт гуляющего во дворе ребёнка домой. Ребёнок отказывается. Мама приводит ему разумные доводы (он с ними согласен). Но ребёнок всё равно отказывается идти (по тому, что он уже отказался).

**3 Протест.** Ребёнок бунтует против норм воспитания, установленных для ребёнка. Протест против текущего образа жизни. Т.е. ребёнок бунтует против того, с чем он имел дело раньше.

### **4 Своенравие, стремление к самостоятельности.**

**5 Обесценивание.** Ребёнок перестаёт ценить то, что ценил раньше. К этому относятся и люди, и вещи, и даже собственные переживания. В лексиконе ребёнка появляются слова, которые обозначают всё плохое, отрицательное. Эти слова ребёнок употребляет по отношению к таким вещам, которые сами по себе неприязни не вызывают. В этот период дети могут начать грубить тем взрослым, которых до этого очень уважали. Например, ребёнок может сказать своему дедушке, что он его сейчас побьёт или «превратит в мясо». Маме ребёнок может сказать, что она дура. По поводу игрушки, которой ещё недавно восхищался, может сказать, что она некрасивая и неинтересная.

**6 Деспотизм (в семьях с одним ребёнком.)** У ребёнка появляется стремление проявлять власть по отношению к окружающим. Например, ребёнок может требовать, чтобы мама не ходила на улицу, а сидела дома, как он сказал.

**7 Ревность (в семьях с несколькими детьми).** Проявляется по отношению к братьям и сёстрам. В основе этой ревности лежит то же стремление к господству и деспотизму, что и в предыдущем пункте.

### **Как усугубить ситуацию или вредные советы родителям**

- Настаивайте на своём, вы же правы!
- Сломите детское упрямство (тогда у ребёнка либо будет заниженная самооценка, либо он перестанет слышать ваши замечания)
- Не давайте ему ничего делать самостоятельно (он же ещё маленький и глупый)!
- Покажите ребёнку, что его мнение никто в расчёт не берёт
- Постоянно ругайте

Выполняйте эти вредные советы и тогда у ребёнка довольно быстро возникнут невротические симптомы. Ребёнок вырастит безвольным и малоинициативным (либо упрямым и жестоким).

Любите ребёнка не за что-то, а просто так. Любите его всяким: и счастливым и заплаканным, и во время истерик и во время достижений, и настойчивым и упрямым. Любите его всегда. Пусть он это знает и видит.