

## Консультация для родителей «Кризис трех лет»

Ребенок постоянно развивается, а всякому процессу развития свойственны скачкообразные переходы – кризисы. Они необходимы – это движущая сила развития. **Кризис трех лет** – это важный этап в процессе психологического развития ребенка. У ребенка начинает формироваться личность. Обычно кризис протекает с 2,5 до 3,5 лет.

«**Я сам!**» - это то самое новообразование, с которого и начинается кризис трех лет. Ребенок хочет ощущать себя взрослым и самостоятельным, он уже имеет собственное «хочу» и готов отстаивать его перед взрослыми.

*Детские психологи описывают семь основных проявлений кризиса трех лет – так называемое «семизвездие симптомов».*

**1. Негативизм.** Это не просто нежелание выполнять какие-то указания взрослого, не просто непослушание, а стремление делать все наоборот, не подчиняться ни в коем случае воле взрослого. **Например**, мальчик очень любит кататься на велосипеде. Ему не всегда разрешают, но сегодня говорят: «Иди катайся». Но он отвечает: «Не пойду». Дело в том, что в голосе матери он уловил повелительные нотки. Дети не только протестуют на каждом шагу против излишней, по их мнению, опеки, но и специально делают то, что им запрещено.

**2. Упрямство.** Это «такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем-либо не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал, что он так захотел» (Л. Выготский), т. е. это «реакция не на предложение, а на свое собственное решение» (А/. Ермолаева). **Например**, ребенка, когда он уже проснулся, мама просит встать с постели, но он в течение долгого времени не соглашается вставать, хотя ему уже давно надоело лежать в постели и хочется поиграть с игрушками. Однако ребенок заявляет: «Сказал — не встану, значит, не встану!»

**3. Строптивость.** Это постоянное недовольство всем, что предлагает взрослый. Ребенку ничего не нравится из того, что он делал раньше, он как бы отрицает тот образ жизни, который сложился у него до 3 лет.

**4. Своеволие.** Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет, борется за свою самостоятельность.

**5. Протест** — бунт против окружающих. Проявляется в том, что все поведение ребенка носит протестующий характер, как будто он находится в состоянии жесткого конфликта со всеми людьми, постоянно ссорится с ними, ведет себя очень агрессивно.

**6. Обесценивание ребенком личности близких.** Обесцениваются старые привязанности ребенка к вещам, к людям, к правилам поведения.

**7. Деспотическое подавление окружающих.** Вся семья должна удовлетворять любое желание маленького тирана, в противном случае ее ждут истерики и слезы. Ребенок хочет стать господином положения.

Следствием проявления перечисленных симптомов могут стать внутренние и внешние конфликты, невротические проявления (энурез, ночные страхи, заикание и др.).

**Кризис** протекает остро *только в том* случае, если взрослые не замечают или не хотят замечать у ребенка стремление к самостоятельности, *когда* они пытаются во что бы то ни стало сохранить *прежний* тип взаимоотношений, устраивающий их,

когда они сдерживают самостоятельность и активность ребенка. *Если* же взрослые реагируют на изменения, происходящие в ребенке, заменяют авторитарный стиль взаимодействия с ребенком, гиперопеку на партнерское общение с ним, предоставляют ему самостоятельность (в разумных пределах), конфликтов между ними и трудностей общения может и не возникнуть или они будут носить временный, преходящий характер.

### ***Рекомендации родителям***

При проявлении негативизма, ***когда ребенок все делает наоборот, стоит попробовать применить небольшую хитрость, и действовать от обратного***: «Сегодня очень холодно, но ты можешь не одеваться тепло. Тогда ты заболешь и будешь лежать дома в постели, смотреть мультфильмы, а мы с папой в это время пойдем в цирк!». В таком случае ребенок с удовольствием натянет на себя все теплые вещи.

При правильном поведении ребенка, ***стоит подчеркивать его взрослость и значимость***. Не воспринимайте благие порывы малыша, как должное. Если он помыл за собой тарелку после обеда – он взрослый, он как папа! Ребенок самостоятельно правильно оделся быстрее всех – он взрослый, он умеет одеваться лучше и быстрее мамы. Не забывайте хвалить за хорошее поведение, за самостоятельность; рассказывайте бабушке или папе, вернувшемуся с работы, какой молодец и умница ваш ребенок, что он сделал хорошего. Это поможет сформировать у вашего ребенка положительный образ себя.

***Предоставляйте ребенку возможность самостоятельно принимать решения***: «Ты сначала уберешь игрушки или сначала пообедаешь? Ты на завтрак будешь кушать манную кашу или гречневую?». В таком случае любое действие ребенка будет правильным, но осознание самостоятельности принятого решения, заставит его гордиться собой.

***Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет»***. Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас идем гулять», А создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?».

***Применяйте ролевые игры*** для объяснения ребенку норм поведения. Проигрывайте ситуации капризов, подчеркивая реакцию малыша на плохое поведение куклы. В игре капризничаящий персонаж должен всегда представляться маленьким, глупым, несмышленым.

***Примите как должное равное положение ребенка в семье***. Ведите себя с ним так, как Вы хотите, чтобы он вел себя с Вами. Советуйтесь с ним по «важным» вопросам, спрашивайте разрешения, вторгаясь в его пространство. Посеяв взаимное доверие в этом возрасте, Вы пожнете плоды откровенности в подростковом периоде, когда кризис будет значительно более сложным.

***Вводя определенные запреты, расширяйте и права ребенка***. Дайте ему возможность принимать решения в незначительных ситуациях и учиться на своих ошибках. Тогда запреты, направленные на его безопасность, будут более действенными. Памятуя опыт своих ошибок, ребенок учтет Ваше мнение.

***Не пытайтесь воспитывать ребенка в момент истерики***. Оставьте его в одиночестве и дайте ему успокоиться. Только после полного успокоения объясните ребенку все «за» и «против», оставаясь спокойным, как бы трудно это не было. Если истерика случилась на улице или в магазине, по возможности лишите ребенка

зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место, и там переждать приступ истерики. После того, как ребенок успокоится, объясните ему, что вы его очень любите, но капризами он ничего не добьется.

И самое важное: *ребенок учится на примере родителей*. Не допускайте в своем поведении таких поступков, которые Вам не хотелось бы лицезреть, глядя на свое чадо.

*Реакция родителя* на капризы ребенка при **кризисе трех лет** – очень важный вопрос. Трехлетний ребенок настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабину или наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации, даже если это очень сложно. Помните, что **кризис трех лет** – это вовсе не проявление вредности или плохой наследственности, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение самостоятельности и собственной значимости. Это жизненный этап, без которого невозможно становление личности ребенка.

Следовательно, **ваш девиз** в это непростое время:

**терпение, терпение и терпение!**