Кризис 3-х лет

К трем годам резко возрастает стремление к самостоятельности и не­зависимости от взрослого и соответственно изменяется поведение ребен­ка. Этот период — один из наиболее трудных в жизни ребенка — называет­ся кризисом трех лет.

Основные проявления кризиса

Негативизм. Ребенок категорически отказывается делать то, о чем его про­сят, или делает наоборот, прямо противоположное тому, что ему сказано. При этом он негативно реагирует не на само действие, а на требование или прось­бу определенного взрослого.

Упрямство и строптивость. Ребенок упорно настаивает на чем-то, даже на том, чего ему не так уж сильно хочется или давно расхотелось. Его стропти­вость направлена не против конкретного взрослого, а против сложившейся в раннем детстве системы отношений. Он недоволен всем, что ему предлагают или что делают другие.

Своеволие. Ребенок хочет делать все сам, стремится к самостоятельности во всем. Это стремление часто не соответствует возможностям ребенка и вызы­вает дополнительные конфликты со взрослыми.

Обесценивание. Обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого раньше — старые правила поведения, старые привязанности к вещам.

Протест-бунт проявляются в частых ссорах с родителями. Ребенок стремится диктовать всем свою волю, он как бы находится в состоя­нии войны с окружающими. Если в семье несколько детей, то обычно возни­кает ревность — нетерпимое отношение к другим детям.

Все эти симптомы свидетельствуют о том, что у ребенка изменяется отно­шение к другим людям и к самому себе, и он нуждается в изменении отноше­ния к нему со стороны родителей. Не стоит пугаться остроты протекания кри­зиса, яркие кризисные проявления говорят о том, что у ребенка сложились предпосылки для дальнейшего развития: происходит отделение от взрослого, он начинает выделять себя как отдельного человека, проявлять самостоятель­ность.

Признаки кризиса могут начать проявляться в разное время и с разной ин­тенсивностью. В поведении одних детей они возникают уже в возрасте полу­тора лет, у других «волевое противостояние» с родителями отодвигается к че­тырем годам. Тем не менее через кризис в том или ином виде проходят все дети.

Вызывающее поведение ребенка можно рассматривать как некий призыв к родителям показать ему, что правильно и важно, а что нет. Ребенку нужна твердость вашей позиции, но не меньше нужна и помощь в освоении правил, в их принятии.

Как помочь ребенку благополучно выйти из кризиса?

* Постарайтесь увидеть позитивные стороны проявлений кризиса: уп­рямство — это крайняя степень проявления воли; капризность — демонстра­ция собственной значимости для других, ощущение своего Я; эгоизм — прояв­ление чувства собственного достоинства. И вам будет легче принять происходя­щие в ребенке изменения.
* Продумайте стратегию поведения по отношению к ребенку: когда и на чем настаивать, с чем в его поведении мириться, и запишите все свои требова­ния. Вспомните про светофор: красный цвет — строгий запрет, желтый — ино­гда можно проехать, но в основном «стоп», зеленый — движение без ограни­чений. Подумайте, куда отнести то или иное требование. Например, требова­ние ложиться спать в 21.00 - жесткое или возможны послабления в зависимо­сти от ситуации? Важно решить, чего именно вы будете требовать строго, а где пойдете на уступки без внутреннего сопротивления.
* Будьте настойчивы и последовательны. Если вы сказали "нет", не ме­няйте позиции.
* Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Обычно пик упрямства приходится на возраст 2,5—3 года. Мальчики упрямятся силь­нее, чем девочки, но девочки капризничают чаще, чем мальчики. В кризисный период приступы упрямства и капризности могут случаться у детей по 5 раз в день, а у некоторых и чаще.
* Во время приступа капризности не очень волнуйтесь за ребенка. Оста­вайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете. Однако не вознаграждайте малыша ничем.
* Не пытайтесь в это время что-либо внушать ребенку — это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат. Лучше оставить ребенка в покое и не обращать на него внимания. Дайте ему отвести душу, но не принимайте в этом участия.
* Не сдавайтесь, даже когда приступ у ребёнка протекает в обществен­ном месте. Чаще всего помогает только одно — взять его за руку и увести. Ка­приз – это своеобразный спектакль, где главный герой - ребенок. Если нет «зрителей» - мамы, например, то не кому и показывать концерт
* Постарайтесь переключить внимание ребенка: «А что это там за окном воробьи делают?» — подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризу­лю, он успокоится. Переключение сработает быстрее, если ребенок услышит в вашей ин­тонации искренний интерес: «Давай играть в "Наоборот": я тебе скажу - не ешь суп, а ты будешь меня не слушаться; а я на тебя как будто сердиться».

Педагог-психолог МДОАУ црр-д/с «Аленький цветочек» Каракотова Елена Викторовна