

«Кризис трех лет – что это?»

Кризис 3-х лет может и в два с половиной, и в три, и даже в четыре года. Все зависит от индивидуального темпа развития ребенка.

Кризис трех лет наиболее точно выражается в формуле «Я Сам!». Это как феномен, ведущий к самостоятельности, познавательной активности малыша. Хотя ваши дети еще маленькие, но в этом возрасте им очень хочется стать большими, как мама и папа, и пробовать все делать самостоятельно. Самое важное, что должен приобрести каждый ребенок на этом этапе развития:

- уверенность «Я могу!», хорошую самооценку;
- новые способы познания окружающего мира;
- позитивные модели поведения.

Но наряду с развитием положительных качеств личности (познавательная активность, самостоятельность, первые пробы творчества), возникают и отрицательные (негативизм, упрямство, капризы).

Задачи родителей:

1. Понять психологические причины поведения малыша и его чувства.
2. Изменить приемы взаимодействия с ребенком.
3. Создать в семье специальные условия для развития детской самостоятельности, творческой активности.

Самостоятельность малыша – это радость или забота для родителей? И где границы дозволенного, чтобы ребенок не свел с ума маму и папу своим поведением? Ваши дети нуждаются в мудром родительском руководстве, хотя иногда могут демонстрировать нежелание принять помощь взрослого.

Любой кризис – это внутреннее противоречие между «хочу» и «могу».

То есть, с одной стороны, многие желания ребенка не соответствуют его реальным возможностям (внутренний конфликт), а с другой стороны, он сталкивается с постоянной опекой взрослых (внешний конфликт).

И что делать в такой ситуации? Сопротивляться или смириться. Другого выхода нет.

Вот малыш и сопротивляется, как может!

В психологии существует целый перечень признаков «кризиса 3 лет», так называемое *семизвездие* (своеволие, упрямство, негативизм, строптивость, протест-бунт, симптом обесценивания, деспотизм).

Но это все следствия одной причины, кратко и емко описывающей поведение ребенка в период кризиса трех лет:

Он стремится не только что-то делать самостоятельно, но и самостоятельно решать, делать это или нет.

Своеволие

Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет.

Понимаю, бывает удобнее сделать что-то за ребенка, ведь так быстрее. Но этим вы лишаете его радости от процесса деятельности.

Посмотрите в его счастливые глазенки, и увидите гордость от осознания факта своей самостоятельности!

Что делать? Позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это ему не по силам. Опыт – сын ошибок трудных.

Но если у крохи что-то получилось, обязательно похвалите его, объясните, что именно он сделал хорошо, и подчеркните, какой он стал большой и самостоятельный. Такое признание успехов поднимает самооценку, придает уверенности в силах.

Упрямство

Когда ребенок упрямится, он настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал: «Я так решил!».

Например, малыш просит дать ему мяч. Но мяча нет, и мама предлагает ему замену, например, его любимую книжку. Малыш понимает, что книжка намного интереснее, чем мяч. Но все равно настаивает на своем: «Дай мяч!». Почему? Потому что это мама предложила книжку, а не он сам так решил.

Что делать? Просто подождите несколько минут. Малыш сам созреет, и сам примет решение - попросит книжку. Удивительно, но факт!

Негативизм и строптивость

Ребенок поступает вопреки не только родителям, но порой даже своему собственному желанию. Малыш отказывается выполнять просьбы не потому, что ему не хочется, а только потому, что его об этом попросили.

Например, мама предлагает идти на прогулку. Малыш, который обожает гулять, почему-то заявляет: «Не пойду!». Почему? Потому что это мама предложила идти гулять, а не он сам так решил!

Что делать? Попробуйте вместо утвердительной формы "Идем гулять!" просто спросить малыша о его желании: «Солнышко, мы гулять пойдем?».

В некоторых ситуациях можно применить маленькую военную хитрость. Например, вместо вопроса, «Ты будешь кушать?», задайте вопрос, содержащий несколько вариантов для выбора, но на который нельзя ответить нет: «Ты будешь кушать гречневую кашу или рисовую?».

Ну, и совсем в крайних случаях, можно предложить ребенку сделать противоположное, с расчетом на то, что малыш из чувства негативизма сделает то, что надо. Например, скажите «Гулять сегодня не пойдем!», тогда малыш будет настаивать на прогулке. Но часто прибегать к этому способу не советую, так как это обман.

Еще родителей часто спасает фраза «Давай вместе!». Например, сын говорит: «Не буду умываться!». Я говорю: «Давай вместе будем умываться!». Ну, а дальше моя задача сделать так, чтобы ему было интересно умываться. Например, читаем стишок «Водичка, водичка, умой мое личико...» или умываем мишку.

Протест-бунт

Протест-бунт ребенка – это ответ на давление со стороны родителей, и их желание все решать за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Сядь за стол!», «Одень тапочки!»).

Бурная энергия ребенка должна найти выход в виде деятельности. А если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева, истерик).

Любому человеку (ребенку) очень тяжело долго находиться в нервном напряжении, и если не наступает разрядка в виде эмоции или какого-либо вида деятельности, то возникает стресс и, как следствие, снижение иммунитета.

Ребенок, деятельность которого постоянно сдерживают родители, считая его поведение неправильным, будет искать другие пути освобождения от накопившегося напряжения. Например, в виде агрессии или онанизма.

Что делать? Если малыш заходится в истерике, спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему.

Что-либо объяснять во время истерики бесполезно. Так уж устроена психика человека.

Во время проявления эмоций человеку трудно сосредоточиться на том, что ему говорят.

(это принцип доминанты - очаг возбуждения в головном мозге подавляет все остальные).

Симптом обесценивания

Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (он может бросать их, ломать) и к людям (малыш может стукнуть или обозвать маму грубыми словами).

Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией).

Потом он поймет, что такое его поведение может быть неприятно другим людям. А пока... Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если...).

Что делать? Направляйте энергию ребенка в мирное русло.

Например, если малыш рвет книжку, предложите ему вырезать из старых журналов картинки для создания книжки.

Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек.

Например, если малыш отказывается одеваться на прогулку, то предложите ему одеть куклу или плюшевого медведя, пусть он поиграет роль взрослого. В конце концов ребенок согласится одеться и сам тоже.

Деспотизм

Малыш учится управлять окружающим миром, пытается заставить родителей делать то, что он хочет.

Необходимо понимать, что стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» – это хорошая черта характера, которая позволяет человеку быть хозяином жизни, а не слабовольной овечкой, ведомой другими людьми.

Что делать? Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей – будьте непреклонны (безо всяких исключений). Позволяете малышу совершать ошибки, ведь сейчас ребенок учится исключительно на собственном опыте. Ему еще сложно понять ваши объяснения и нравоучения, вернее он их понимает по-своему.