

"НЕ ХОЧУ! НЕ БУДУ! НЕ НАДО!"

КРИЗИС ТРЁХ ЛЕТ

Достаточно спокойный в эмоциональном плане период развития с года до трёх лет заканчивается. Впереди кризис трёх лет. Ваш ещё совсем недавно ласковый и послушный ребёнок вдруг становится упрямым, истеричным, строптивым, словом, по мнению родителей, неуправляемым. Взрослые при этом зачастую не знают, как себя вести и что делать с этим маленьким упрямым.

*С. Соловейчик назвал этот период
"большой войной с маленьким человечком"*

Кризис трёх лет - эмоционально очень тяжёлый период развития, как для родителей, так и для самого ребёнка. Изменяется поведение малыша, обостряется его стремление к самостоятельности, он начинает чувствовать себя независимым от взрослых. В чём же причины этих явлений? Как максимально безболезненно пережить время кризиса?

Уже отмечалось, что в это время ребёнок становится более самостоятельным, независимым от родителей, начинает понимать, что уже многое он может сделать сам, без их помощи. Проявление самостоятельности связано с попыткой ребёнка научиться жить и действовать самому, как отдельному, ни от кого не зависящему существу.

Одним из признаков этого является то, что малыш начинает говорить о себе в 1 лице. Если раньше вы слышали: "Маша хочет пить!", то теперь ребёнок совершенно отчётливо произносит: "Я хочу пить!" Слово "Я" в его лексиконе становится одним из самых употребляемых. Вы только и слышите: "Я... я... я!". Это "Я" постепенно переходит в "Я сам!" Это очень тонкий момент, на который следует обратить особое внимание. Внешние проявления кризисного поведения малыша связаны с его упрямством, негативизмом и строптивостью. Ребёнок хочет быть хозяином своего поведения и настаивает на этом. Его упрямство - способ проявления собственной воли. Он не даёт маме помочь надеть колготки, построить дом из кубиков, на прогулке тянет её туда, куда хочется именно ему. На любое возражение может реагировать криком, слезами, нередко переходящими в настоящую истерику. Он

часто отказывается от любого предложения взрослого - "Не хочу!", "Не буду!", "Не надо!". Такая капризность ребёнка - пока единственная возможность проявления своей значимости, а также возможность потребовать её уважения от других. Он отрицает всё, что исходит от взрослого.

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:

- *Поощряйте самостоятельность и активность малыша. Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя;*
- *Установите границы активности малыша. Они должны определяться сферой его безопасности. Покажите ребёнку зону "можно" и "нельзя";*
- *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;*
- *Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребёнку одинаковые требования;*
- *На 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 упряму.*
- *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 внимания -- истерика пройдёт сама собой, ведь кричать и топтать ногами без зрителей совсем не интересно.*