



Знаете ли вы своего ребенка?

Знаете ли вы своего ребенка?

Газета для родителей №3
Январь 2013 год

Кризис 3-х лет и как с ним справиться?

К трём годам у ребёнка появляются свои собственные желания. Возросшее к концу раннего возраста стремление к самостоятельности и независимости от взрослого, как в действиях ребенка, так и в желаниях, приводит к существенным осложнениям в отношениях между ним и взрослыми. Этот период в жизни ребенка получил название **кризиса трёх лет**. Критическим этот возраст является потому, что на протяжении всего нескольких месяцев существенно меняются поведение ребёнка и его отношения с окружающими людьми. Кризис 3-х лет относится к числу самых острых. Острый он не только для ребенка, но в большей степени для родителя. Ребенок неуправляем, впадает в ярость. Поведение почти не поддается коррекции. Так во многих случаях начинается кризис трех лет. Кризис может начаться уже с 2,5 лет, а закончится в 3,5 - 4 года. У некоторых детей он протекает ярко выражено, у других напротив, незаметно. Аффективные вспышки, капризы, конфликта с близкими - вот основные признаки трех лет. 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 ему делать в такой ситуации - сопротивляться или смириться. Другого выхода нет. Вот малыш и сопротивляется, как может!



Симптомы криза 3-х лет

Негативизм: 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! Часто это проявляется в отношении ребенка к пище: дома ребенок отказывается от определенного продукта, но когда этим же продуктом его угощают другие люди, он спокойно и с удовольствием ест. **Что делать?** Например, вместо вопроса, «Ты будешь кушать?», задайте вопрос: «Ты будешь кушать гречневую кашу или рисовую?»



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!

Капризность: это действия, которые лишены разумного основания, т.е. «Я так хочу и все!!!» **Что делать?** Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек. Например, если малыш отказывается одеваться на прогулку, то предложите ему одеть куклу или медведя, пусть он поиграет роль взрослого. В конце концов ребенок согласится одеться и сам тоже.

Строптивость: близка к негативизму и упрямству, но имеет специфические особенности. Строптивость носит более безличный характер. Это протест против порядков, которые существуют дома. **Что делать?** Не заостряйте внимание на плохом поведении ребёнка!

Своеволие: стремление к независимости от взрослого. Ребенок сам хочет что-то делать. **Что делать?** Позвольте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по возможности) в дела ребенка, если он не просит. Дочь, пыхтя, натягивает кофточку, так хочется ей помочь, но малышка не оценит Вашего стремления, скорее всего, она будет громко сопротивляться.

Деспотизм. Ребенок проявляет деспотическую власть по отношению ко всему окружающему и изыскивает для этого множество способов. **Что делать?** Помните, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят и вечером. Проявите твердость. Установите четкие запреты (нельзя убегать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.) Запретов не должно быть слишком много. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи (или хотя бы папа с мамой).

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 рвать старые журналы.



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 нужно пережить!

- *Постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.*
- *Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой.*
- *При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что-нибудь нейтральное.*
- *Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо, отложите это до тех пор, когда малыш успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.*
- *Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но мишка хочет есть по очереди – ложка ему, ложка Коле. Обыграть можно многое: поездку в машине, умывание, одевание.*
- *Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривайте с ним, как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.*
- *Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.*



Желаю Вам удачи!

Ж.И.Левкович педагог-психолог