



# 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 обзвать 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*