

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением художественно-эстетического и физического развития «Алые паруса» п.Воротынск Бабынинского района Калужской области

## Кризис 3 лет у детей



Что делать родителям? Упрямство, протесты, истерики и своеволие - частые проявления кризиса 3 лет у детей.

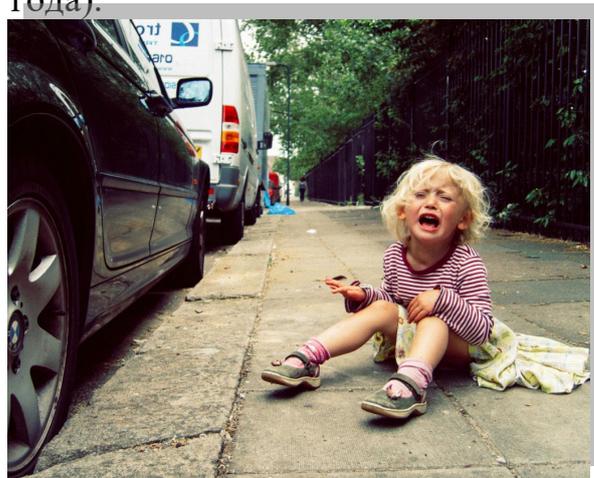
Еще вчера милый и послушный, малыш вдруг превращается в тирана, устраивающего истерики по любому поводу. Как реагировать и что делать родителям?

Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным, в этом возрасте дети уже имеют собственное "хочу" и готовы отстаивать его перед взрослыми.

Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности. Ярко выраженная особенность данного периода - **кризис трех лет**.

Кризис может быть как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит – радуйтесь,- ваш ребёнок развивается нормально. Первые признаки кризиса нередко можно заметить уже в 1,5 года, а пик его приходится на возраст около трёх лет (2,5 - 3,5 года).

У малышей он может проявляться по-разному, но основными «симптомами» являются крайнее упрямство, негативизм и своеволие. Малыш отказывается ложиться спать, не хочет сам одеваться, убирать игрушки. Капризничает – «Я хотел пойти другой дорогой!» (Когда пройдено уже половина пути и свернуть на другую дорогу уже нет возможности). Кричит и топает ногами, если родители не выполняют любую его просьбу.



Нередко такое поведение ребенка застает родителей врасплох. Еще вчера ребенок с удовольствием выполнял все несложные поручения, и вдруг он начинает все делать «наоборот» - убегает, когда его зовут, раздевается, когда просят одеться теплее. Порою, кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Не зная, как реагировать на детские истерики и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся.

### **Как реагировать родителям? Что делать родителям, если ребенок ведет себя вызывающе?**

В первую очередь, не стоит заострять внимание на плохом поведении ребенка, и тем более пытаться сломить его. **Ребенок не должен решить, что истерика – это надежный способ добиться своего. Самое мудрое, что могут сделать родители в данной ситуации – отвлечь ребенка, переключить его внимание на что-то другое.** Если вы находитесь дома – твердо скажите ребенку, что вы поговорите с ним, когда он остынет, и займитесь своими делами. **Оставайтесь спокойны, как бы трудно это ни было.** После этого объясните ребенку, что вы его очень любите, но капризами он ничего не добьется.

Если истерика случилась на улице или в магазине (а дети любят работать на публику), по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место.

Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет». Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас пойдем гулять», а создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?», «Мы будем играть в песочнице или пойдем на горку?». Помогите ребенку справиться с кризисом кризис трех лет. Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее. **Он не понимает, что с ним происходит, и не в состоянии контролировать свое поведение. И ему нужна ваша поддержка. Не забывайте хвалить малышей за хорошее поведение и поощряйте самостоятельность «Катюша молодец! Маленькие детишки не умеют убирать за собой игрушки, а Катюша умеет».** Это поможет сформировать у ребенка положительный образ себя. Реакция родителей на капризы ребенка при кризисе 3 лет - очень важный вопрос. Конечно, упрямство любимого чада огорчает родителей, испытывая их нервы на прочность. Будьте спокойны в любой ситуации и даже если очень сложно – держите себя в руках. Ведь 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 трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот год: терпение, терпение и терпение!



Давайте попробуем разобраться, в чём суть этого кризиса, как он проявляется и чем можно помочь ребёнку. Прежде всего, хочется отметить, что это необходимый для развития кризис. Так или иначе, все дети проходят через него. Кризисы помогают нам перейти на новую ступеньку развития. Первые признаки кризиса нередко можно заметить уже в 1,5 года, а пик его приходится на возраст около трёх лет (2,5-3,5 года).

### Основные симптомы кризиса 3-х лет

**1. Негативизм.** Его надо отличать от обычного непослушания. При непослушании дети отказываются делать то, что не хотят делать. При негативизме дети отказываются делать даже то, что хотят делать (т.е. им важно сделать именно наперекор тому, что требует взрослый). Негативизм – это такие проявления в поведении ребёнка, когда он не хочет что-либо делать только по тому, что это предложил кто-то из взрослых.

Пример негативизма: к девочке подходит взрослый и говорит, что у неё хорошее чёрное платье. На что девочка возражает: «Нет, оно не чёрное, а белое». Взрослый говорит: «Ну, хорошо, у тебя белое платье». Девочка отвечает: «моё платье чёрное!». Обратите внимание, девочка прекрасно умеет различать чёрный и белый цвет, она хочет сказать наперекор взрослому.



Итак, суть **негативизма** заключается в отказе от выполнения вашей просьбы лишь из-за желания делать наперекор взрослому.

**2. Упрямство.** Упрямство – это такая реакция ребёнка, когда он настаивает на чём-либо не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он это потребовал. Упрямство нужно уметь отличать от настойчивости, когда ребёнок хочет чего-нибудь и настойчиво добивается этого.

Пример настойчивости: ребёнку нравится кататься на санках, и поэтому он отказывается от предложения мамы пойти домой.

Пример упрямства: мама зовёт гуляющего во дворе ребёнка домой. Ребёнок отказывается. Мама приводит ему разумные доводы (он с ними согласен). Но ребёнок всё равно отказывается идти (по тому, что он уже отказался).

**3. Протест.** Ребёнок бунтует против норм воспитания, установленных для ребёнка. Протест против текущего образа жизни. Т.е. ребёнок бунтует против того, с чем он имел дело раньше.

**4. Своенравие, стремление к самостоятельности.**

**5. Обесценивание.** Ребёнок перестаёт ценить то, что ценил раньше. К этому относятся и люди, и вещи, и даже собственные переживания. В лексиконе ребёнка появляются слова, которые обозначают всё плохое, отрицательное. Эти слова ребёнок употребляет по отношению к таким вещам, которые сами по себе неприязни не вызывают. В этот период дети могут начать грубить тем взрослым, которых до этого очень уважали. Например, ребёнок может сказать своему дедушке, что он его сейчас побьёт или «превратит в мясо». Маме ребёнок может сказать, что она дура.

**6. Деспотизм (в семьях с одним ребёнком.)** У ребёнка появляется стремление проявлять власть по отношению к окружающим. Например, ребёнок может требовать, чтобы мама не ходила на улицу, а сидела дома, как он сказал.

**7. Ревность (в семьях с несколькими детьми).** Проявляется по отношению к братьям и сёстрам. В основе этой ревности лежит то же стремление к господству и деспотизму, что и в предыдущем пункте.

### Суть кризиса 3-х лет

- Ребёнок бунтует против тех норм воспитания, которые сложились, считая что он «вырос из них».
- Стремление к самостоятельности
- Изменения в социальных отношениях ребёнка с окружающими людьми
- Происходят изменения аффективно-волевой сферы
- Изменяется отношение ребёнка к себе и людям
- Ребёнок начинает мотивировать свои поступки не содержанием самой ситуации, а отношениями с другими людьми
- Перестраивается социальная позиция ребёнка к авторитету матери и отца.

- Ребёнок хочет проявлять свою личность. Многие поступки мотивируются не мгновенным желанием, а связаны с проявлением личности ребёнка.
- С одной стороны ребёнок хочет признания своей самостоятельности и независимости, а с другой – к такой форме поведения он ещё не готов.

### Что делать при кризисе 3-х лет

Предоставьте ребёнку самостоятельность. Пусть посильные дела делает сам. Предусматривайте в своём расписании запас времени на самостоятельные попытки ребёнка сделать то, что вы собирались сделать сами.



Родителям стоит научиться переключать внимание ребёнка. Если вы предполагаете поехать в гости к бабушке и ожидаете, что это предложение ребёнок встретит отрицательно, то предложите ребёнку выбрать наряд, в котором он поедет. В результате внимание ребёнка будет сконцентрировано не на решении, ехать к бабушке, или нет, а на выборе наряда, в котором он поедет. Или вместо того, чтобы сказать ребёнку: «Сейчас мы пойдём гулять», можно спросить: «Мы пойдём гулять на детскую площадку или в парк?».

Негативизм ребёнка можно использовать в своих целях. Например, если вы хотите пойти с ребёнком на прогулку, то можно предложить ему остаться дома. Ребёнок, естественно, вам возразит и скажет: «Нет! Пойдём гулять!». Поощряйте инициативу и самостоятельность малыша. Если ребёнок пытается начать делать то, что ему пока не под силу, помогите ему. Научившись выполнять что-то в сотрудничестве со взрослым, вскоре ребёнок это сможет делать самостоятельно. Почаще пересматривайте свои требования к ребёнку. Возможно, некоторые уже неактуальны.

**Не акцентируйте внимание на капризах и истериках ребёнка. Во время истерики не стоит удовлетворять требование ребёнка (иначе такое поведение ребёнка будет демонстрировать всё чаще и по меньшим поводам). Если начать ругать ребёнка во время подобной истерики, то это только усугубит кризис. Поэтому в такие моменты постарайтесь переключить внимание ребёнка на что-**

**то другое и не замечайте его истерик. Просто продолжайте выполнять свои дела. Не видя вашей ответной реакции, ребёнок быстро успокоится.**

Не забывайте про творчество – больше рисуйте с ребёнком, лепите из пластилина, вместе делайте поделки, играйте в песок. Творчество очень хорошо помогает справиться с эмоциями. Ведите себя с малышом как с равным вам человеком. Благодарите его за помощь. Спрашивайте разрешение, когда хотите взять его игрушку. Относитесь к ребёнку не как начальник-подчинённый, а как к равному партнёру.

Уважайте личность ребёнка. Ребёнок в этом возрасте хочет, чтобы родители знали, что рядом с ними находится не ребёнок, а взрослый человек. Признайте право ребёнка на совершение ошибок. Если вы видите, что ребёнок что-то делает не правильно, не нужно тут же вмешиваться и показывать, как правильно. На ошибках учатся. Иногда родителям всё же нужно сказать резкое «нет». Это необходимо делать, когда действия ребёнка нарушают технику безопасности, например, если ребёнок засовывает ножницы в розетку или поворачивает ручки газовой плиты. Не ждите, что ваши рациональные объяснения различных запретов ребёнок поймёт с первого раза. Запаситесь терпением. Желание ребёнка быть взрослым можно использовать в своих целях. Например, если нужно перейти дорогу, то можно попросить ребёнка вас перевести. Это намного лучше стандартного: «Так, дай сюда руку, сейчас будем переходить дорогу». В первом случае все останутся довольными, а во втором случае вы подпортите настроение ребёнку (а он вскоре вам).

Следите за собой. Многие слова и поступки ребёнок копирует у своих родителей. Используйте игровой момент. Например, если ребёнок не хочет есть, возьмите куклу. Кормите их по очереди. Или пусть кукла попросит ребёнка проверить, не горячий ли суп. Кстати, приблизительно в 3 года ролевые игры становятся ведущими у детей. Это значит, что ребёнок в рамках игры может вживаться в разные роли.



Для родителей игра может быть хорошим способом заинтересовать ребёнка в выполнении какого-либо дела. Например, ребёнок может не хотеть идти гулять. Но пойти выгуливать любимого мишку он согласится с удовольствием.

**Любите ребёнка не за что-то, а просто так. Любите его всяким: и счастливым, и заплаканным, и во время истерик, и во время достижений, и настойчивым, и упрямым.**

**Любите его всегда. Пусть он это знает и видит.**