

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 29 г. Гулькевичи
муниципального образования Гулькевичский район

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Кризис трёх лет»

Подготовила:
педагог-психолог
О.С. Жукова

2024 г.

Чаще всего современные родители знают, что по мере взросления поведение их ребёнка иногда может меняться до неузнаваемости. Но когда ласковый и послушный малыш начинает отказываться от любимой еды, категорически против вовремя собираться на прогулку и постоянно повторяет: «Нет!», «Не буду!», «Я сам!», – у многих опускаются руки. А между тем это нормальный этап взросления. Психологи называют его «кризисом 3-х лет», который знаменует собой переход из раннего детства в дошкольное.

Что такое «кризис 3-х лет»?

Кризисы – это бурные, сравнительно кратковременные возрастные периоды, во время которых развитие делает своеобразный скачок. Обычно слово «кризис» ассоциируется у нас с негативным периодом, в котором разрушается всё, что создано. Однако в период возрастного кризиса происходят и значительные позитивные сдвиги в психическом развитии, переводящие ребёнка на новый этап взросления.

Кризис 3-х лет относится к числу острых, его продолжительность может достигать года. В этот период происходит своеобразное отделение ребёнка от мамы. Он начинает понимать себя как отдельного человека, говорить о себе «Я», что является отправной точкой развития самосознания. В зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка кризис может начаться раньше или позднее 3-х лет. В целом, границы возрастного диапазона его наступления и проявления могут колебаться от 2,5 до 4-х лет.

«Семизвездие» кризиса

Поведение ребёнка начинает меняться, он может становиться неуправляем, порой впадать в ярость. Его поведение почти не поддается коррекции. Симптомы кризиса 3 лет часто называют «семизвездием» кризиса:

1. *Негативизм* – реакция не на содержание предложения взрослых, а на то, что оно идёт от взрослых. Стремление сделать наоборот, даже вопреки собственному желанию;
2. *Упрямство* – ребёнок настаивает на чём-то не потому, что хочет, а потому, что он этого потребовал, он связан своим первоначальным решением;
3. *Строптивость* – она безлична, направлена против норм воспитания, образа жизни, который сложился до трёх лет;
4. *Своеволие* – ребёнок стремится всё делать сам;
5. *Протест-бунт* – ребёнок в состоянии «войны» и конфликта с окружающими;
6. *Обесценивание* – ребёнок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей;
7. *Деспотизм* – ребёнок заставляет родителей делать всё, что он требует. Может проявляться в форме ревности.

Как быть родителям?

Родителям нужно запастись терпением, применение жёстких дисциплинарных мер по отношению к ребёнку не поможет, а скорее всего, навредит.

Рекомендации по взаимодействию с ребенком в этот нелегкий для всех период:

Будьте готовы к спокойному, долгому общению с ребёнком. Это наиболее эффективный способ сгладить появляющиеся углы во взаимоотношениях.

Нужно понять, что те особенности взаимодействия с ребёнком, какие существовали раньше, уже не будут срабатывать. Ребёнок уже не чувствует себя маленьким и активно пробует вести себя как взрослый, будет противоречить и отстаивать свою точку просто из принципа.

Поощряйте любые проявления самостоятельности ребёнка, при необходимости переводя их в приемлемое русло.

Нужно научиться находить «золотую середину» между требованиями к ребёнку и его желаниями, спокойно объяснять, почему его желания не всегда могут быть удовлетворены.

При этом ребёнок должен понимать, что запреты нарушать нельзя. Иначе он откажется выполнять правила, предложенные родителями.

Кризис 3-х лет труден и для взрослого, и для самого ребёнка. Ему нелегко становиться самостоятельным и постепенно отделяться от родителей, непросто совладать со своими эмоциями по этому поводу. Поэтому не отвечайте на стремление малыша «выйти на тропу войны» с родителями – лучше постарайтесь понять его потребности и помочь отыскать способы, как заявить о них приемлемым для вас (и общества в целом) способом.

Также можно выделить некоторые правила, способные облегчить прохождение данного кризиса, как для ребенка, так и для самого родителя.

Правило № 1: «Хвалим и критикуем за конкретные дела и поступки, не обобщая и не переводя на личность ребенка». Радуйтесь, если ребенок сделал что-то сам. Причем искренне и очень конкретно. Не говорите общих фраз, а хвалите за конкретную работу, дело. Например: «Какую высокую пирамидку ты построил!», «Какая ровная линия!». Также критика и замечания, должны быть не обобщенными - «Ты непослушный мальчишка!», а очень конкретными, желательно с выражением своих чувств: «Меня огорчает, когда ты раскидываешь еду за столом!».

Правило № 2: «Игра – всему голова!». Утром, собираясь в детский сад, вместо того чтобы подгонять малыша и упрекать его в неумении и медлительности, предложите ему поиграть. Пусть ребенок одевает мишку или зайца, а вы — малыша. Или соревнуйтесь, кто оденется быстрее, между собой! Бунт и капризы в период кризиса ребенка трех лет следует не искоренять, а направлять в другое русло — игру-соревнование, игру-сказку, игру «в семью». Играйте с ребенком, через игру дети избавляются от глупого упрямства, а их поведение становится целенаправленным и настойчивым.

Правило № 3. «Мне нужен/а такой помощник/ца, как ты, малыш/ка!». В период кризиса 3-х лет ребенок хочет быть самостоятельным. Поощряйте его самостоятельность, и он станет настоящим помощником: пусть стирает рядом с мамой или убирает со стола с бабушкой, папе можно подавать инструменты, с дедушкой чинить машину или куклу.

Правило № 4. «Давай посоветуемся!». Вопрос к малышу: «Что и как будем делать?» всегда эффективнее, чем жесткий приказ или навязчивая опека. Тем самым вы научите ребенка выбирать себе занятие, иметь свои желания, вместо того чтобы упрямиться и делать все наоборот. Вы научитесь прислушиваться к ребенку, незаметно подсказывать ему правильное решение. Дети любят, когда к ним обращаются за советом или помощью.

Правило № 5. «Последовательность и границы - облегчают жизнь ребенку». Несмотря на то, что ребенок очень хочет быть самостоятельным, иногда он теряет границы. И задача родителей, во время кризиса трех лет, конечно расширить их, но тем не менее оставить достаточно четкими, для безопасности самого же ребенка. Как не странно, не имея четких правил и ограничений, ребенок чувствует себя незащищенным. Необходима абсолютная последовательность: если вы что-то не принимаете, значит, не сдаваться и не потакать ни при каких обстоятельствах, а если что-то разрешили, значит, в другой раз то же самое уже не сможете запретить, потому что у вас не то настроение или нет желания (то, что нельзя - всегда нельзя, то, что можно - можно всегда). Внутри означенных границ ребенок должен иметь возможность действовать с определенной степенью свободы, он должен выбирать, получать опыт, пробуя, исследуя, ошибаясь и, напротив, получая положительные результаты, достигая чего-то сам.

