

## ❖ Кризис трёх лет у детей, советы родителям

Еще вчера малыш был таким мягким и послушным, а сегодня устраивает истерики, категорически отказывается выполнять просьбы. Как же реагировать нам взрослым на такое детское поведение и что делать уставшим от капризов взрослым?

### ❖ Что нужно знать о кризисе трех лет?

Период упрямства начинается примерно с 1,5 лет.

Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5-4 годам.

Пик упрямства приходится на 2,5-3 года.

Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

Девочки капризничают, чаще, чем мальчики.

Кризис 3-х лет – явление преходящее, однако связанное с ним новообразование – отделение себя от окружающих, сравнение себя с другими людьми – важный шаг в психическом развитии.

В этот период у ребенка имеется очень сильная потребность в положительном образе «Я».

### ❖ Основные симптомы кризиса:

**Негативизм.** Негативизм вынуждает малыша выступать против не только маминого, но и собственного желания. Следует отличать непослушание и негативные реакции. Непослушные дети поступают в соответствии со своими желаниями, которые часто идут вразрез с желаниями родителей. Ребенок может резко перестать воспринимать нормально кого-либо из взрослых: бабушку, дедушку, да кого угодно. Чем объясняется этот выбор — неизвестно. Но если раньше ребенок отлично относился к этому человеку и был рад встрече с ним, то сейчас ребенок будет кричать при одном лишь виде. Тем более он не станет гулять с этим человеком или слушать его указания

**Рекомендации:** не следует говорить с детьми в приказном тоне. Если ребенок по отношению к вам настроен негативно, дайте ему возможность успокоиться и отойти от чрезмерных эмоций. Иногда помогают и просьбы наоборот: «Не одевайся, мы сегодня никуда не пойдём».

**Упрямство.** Упрямство часто путают с настойчивостью. Однако настойчивость является полезным волевым качеством, которое позволяет

маленькому человечку достигать цель, несмотря на сложности. К примеру, достроить домик из кубиков, даже если он разваливается.

Упрямство отличается стремлением малыша стоять на своем до конца только потому, что он этого уже однажды потребовал. Смысл этих действий в том, чтобы «сломать» взрослого человека. Ребенок принципиально будет требовать до конца, даже если ему это уже совсем не нужно

**Рекомендации:** не старайтесь переубедить ребенка, потому что вы лишите его шанса выйти с достоинством из затруднительного положения. Этот способ лучше применять лишь на время кризиса.

**Деспотизм.** Наиболее часто этот симптом встречается в семьях с единственным малышом. Он пытается заставить взрослых делать так, как ему хочется. К примеру, дочка требует, чтобы мама все время находилась рядом с ней. Если в семье несколько деток, то деспотические реакции проявляются как ревность: малыш кричит, топает, толкается, отбирает у братика или сестренки игрушки.

**Рекомендации:** не поддавайтесь на манипуляции. И в то же время старайтесь уделять больше внимания детям. Они должны осознать, что родительское внимание можно привлечь и без скандалов и истерик. Привлекайте кроху к домашним делам – готовьте вместе ужин для папы.

**Симптом обесценивания.** Для ребенка пропадает ценность старых привязанностей – к людям, любимым куклам и машинкам, книгам, правилам поведения. Внезапно он начинает ломать игрушки, рвать книжки, обзывать или кривляться перед бабушкой, произносить грубости. Лексикон малыша пополняется, в том числе, и разными нехорошими и даже неприличными словами.

**Рекомендации:** постарайтесь отвлечь детей другими игрушками. Вместо машин займитесь конструктором, вместо книжек выберите рисование. Почаще рассматривайте картинки на тему: как следует себя вести с другими людьми. Не стоит читать нравоучений, лучше проигрывайте тревожащие вас реакции ребенка в сюжетно-ролевых играх.

**Строптивость.** Этот неприятный симптом кризиса безличен. Строптивость направлена на привычный образ жизни, на все действия и предметы, которые родные предлагают ребенку. Зачастую она встречается в семьях, в которых существуют разногласия по вопросу воспитания между мамой и папой, родителями и бабушкой. Малыш просто перестает выполнять любые требования.

**Рекомендации:** если ребенок не хочет убирать игрушки прямо сейчас, займите его другой деятельностью – например, порисуйте. А через несколько минут вы обнаружите, что он сам начнет складывать машинки в корзину, без вашего напоминания.

**Бунт.** Трехлетний ребенок пытается доказать взрослым, что его желания столь же ценны, как их собственные. Из-за этого он идет на конфликт по любому поводу. Кажется, что малыш находится в состоянии необъявленной «войны» с окружающими, протестуя против каждого их решения: «Не хочу, не буду!». Ребенок начинает чувствовать свою волю и самостоятельность. И если родители не воспринимают его попытки, то он начинает злиться. Ребенок хочет самостоятельно купить какой-либо товар в магазине, рассчитаться на кассе, перейти дорогу, не держась за бабушкину руку. Неудивительно, что подобные желания не вызывают особого восторга у взрослых. Ребенок пытается подстроить под себя взрослых. Он пытается указывать кому, где и что нужно делать.

**Рекомендации:** разрешите малышу самому сделать то, к чему он стремится. Если выполнит желаемое – получит бесценный опыт, если не сумеет – сделает в следующий раз. Конечно, это относится лишь к тем ситуациям, которые абсолютно безопасны для детей.

### ❖ Что делать родителям?

В первую очередь, взрослым нужно понять, что детское поведение – это не плохая наследственность или вредный характер. Ваш ребенок уже большой и хочет стать независимым. Пришло время выстраивать с ним новые взаимоотношения.

1. Реагируйте спокойно. Следует помнить, что малыш своими поступками проверяет родительские нервы на прочность и ищет слабые места, на которые можно надавить. Также не стоит кричать, срывать на детях, и тем более наказывать физически – жесткие методы способны усугубить и продлить течение кризиса.
2. Установите разумные ограничения. Не нужно забивать жизнь маленького человека всевозможными запретами. Однако не стоит впадать и в другую крайность, иначе из-за вседозволенности вы рискуете воспитать тирана. Найдите «золотую середину» – разумные границы, за которые категорически нельзя переступать. Например, запрещается играть на дороге, прогуливаться в холодную погоду без головного убора, пропускать дневной сон. Нравственное развитие начинается с усвоения ключевых слов «НАДО» и «НЕЛЬЗЯ». Запретов должно быть мало, но твердо.
3. Поощряйте самостоятельность. Все, что не представляет опасности для детской жизни, ребенок может попробовать сделать. Кроха хочет рисовать на обоях? Прикрепите к стене ватман и дайте несколько фломастеров. Проявляет неподдельный интерес к стиральной машине? Небольшой тазик с теплой водой и кукольная одежда надолго отвлекут от проделок и капризов.
4. Предоставьте право выбора. Родительская мудрость предполагает дать даже трехлетнему малышу возможность выбора как минимум из двух вариантов.