

## КРИЗИС 3 – Х ЛЕТ



На третьем году жизни у детей обычно проявляется кризис, который выражается в упрямстве, «скандальном» поведении и негативном отношении к взрослым. Часто родители в этот период могут слышать такую фразу: «Я сам!» В чём же суть этого кризиса, как же он проявляется и чем же можно помочь ребёнку...

**Во-первых**, хочется отметить, что это необходимый этап в развитии ребёнка. Так или иначе, все дети проходят через него. Кризисы помогают нам

перейти на новую ступеньку развития.

**Кризис 3 лет** – это важный этап в становлении психического развития ребёнка. Главное, чтобы ребёнок был уверен в том, что, как бы он себя ни ведёт, его всегда будут любить и никогда не бросят. Уважайте то мужество, которое требуется ребёнку, переживающему первый кризис самопознания. Относитесь с долей юмора и благоразумием.

**Кризис** может быть как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит – радуйтесь, – ваш ребёнок развивается нормально.

### РАЗБЕРЁМ ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ КРИЗИСА – 3 ЛЕТ.

**1. НЕГАТИВИЗМ** – это не просто непослушание. При непослушании дети отказываются делать то, что не хотят делать. При негативизме дети отказываются делать даже то, что хотят делать (им важно сделать именно наперекор тому, потому что это было предложено взрослым)

Пример негативизма: к мальчику подходит взрослый и говорит, что у него новая машина. На что мальчик возражает: «Нет, она не новая, а старая». Взрослый говорит: «Ну, хорошо, у тебя старая машина». Ребёнок отвечает: «Моя машина новая». Обратите внимание, мальчик знает понятия «новая и старая», он просто хочет сказать наперекор взрослому. Негативизм адресован к человеку, а не к содержанию того, о чём ребёнка просят.

**2. УПРЯМСТВО** – это реакция ребёнка, когда он настаивает на чём-либо не потому, что ему этого хочется, а потому, что он это потребовал. Упрямство отличается от настойчивости.

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

Пример упрямства: мама зовёт гуляющего во дворе ребёнка домой, но он отказывается. Мама приводит ему разумные доводы (он с ними согласен). Но ребёнок всё равно отказывается идти по тому, что он уже отказался и ни за что не хочет от него отступить.

**3. СТРОПТИВОСТЬ** – это центральный симптом для «кризиса 3-х лет». Она безлична, не направлена на взрослого, а направлена против норм поведения, установленных для ребенка. т.е. ребёнок бунтует против того, с чем он имел дело раньше.

**4. СВОЕНРАВИЕ, СТРЕМЛЕНИЕ К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ.** Ребенок все хочет делать сам и отказывается от помощи взрослого.

Три последующих симптома имеют второстепенное значение (протест, обесценивание личности близких, деспотизм и ревность)

**5. ОБЕСЦЕНИВАНИЕ.** Ребёнок перестаёт ценить то, что ценил раньше. Малыш может начать обзывать мать или отца бранными словами, которые раньше не употреблял. Он вдруг резко меняет отношение к своим игрушкам, отказывается с ними играть.

**6. ДЕСПОТИЗМ ИЛИ РЕВНОСТЬ.** Это двойственный симптом проявляется в различных семьях по-разному. В семье, где один ребенок, встречается деспотизм, когда у малыша проявляется желание проявить деспотическую власть к окружающим. Так, мама не должна уходить из дома, она должна сидеть в комнате, как он требует. Ему должны достать все, что он хочет.

В семье с несколькими детьми этот симптом называется – ревность. Проявляется по отношению к братьям и сёстрам. В основе этой ревности лежит то же стремление к господству и деспотизму.

**7. ПРОТЕСТ.** Кризис проявляется как бунт против авторитарного воспитания: это как бы протест ребенка, требующего самостоятельности. Ребенок очень мал, а ему кажется, что говорить «нет» и быть личностью – это одно и то же. Ребенок пытается проявить себя как личность.

### **ВРЕДНЫЕ СОВЕТЫ ИЛИ КАК УСУГУБИТЬ СИТУАЦИЮ!**

1. Настаивайте на своём, вы же правы!
2. Сломите детское упрямство (тогда у ребёнка либо будет заниженная самооценка, либо он перестанет слышать ваши замечания)
3. Не давайте ему ничего делать самостоятельно (он же ещё маленький и глупый)!
4. Покажите ребёнку, что его мнение никто в расчёт не берёт
5. Постоянно ругайте
6. Выполняйте эти вредные советы и тогда у ребёнка довольно быстро возникнут невротические симптомы. Ребёнок вырастит безвольным и малоинициативным (либо упрямым и жестоким).

### **ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ, КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ И СЕБЕ?**

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

Например: вы собрались в гости. Ребенок, говорит, что он хочет сам одеться. Мама нервничает, что мало времени и одевает сама. Итог – малыш в слезах у мамы испорченное настроение. Другой вариант: Предусмотрительная мама начала этот процесс на 10 минут раньше срока. В процессе одевания ребёнок говорит «Я сам!» и начинает пытаться одеваться самостоятельно. Мама отвечает: «Хорошо, одевайся». Далее мама не мешает ребёнку одеваться самостоятельно. В конце она ему поможет.

3. Научитесь переключать внимание ребенка. Ребёнок начал капризничать, отвлеките его. Вместо того, чтобы сказать ребёнку: «Сейчас мы пойдём гулять», можно спросить: «Мы пойдём гулять на детскую площадку или в парк?».
4. Негативизм ребёнка можно использовать в своих целях. Например, если вы хотите пойти с ребёнком в гости, то можно предложить ему остаться дома. Ребёнок, естественно, вам возразит и скажет: «Нет! Пойду с тобой!»
5. Если ребёнок начал истерику в людном месте (а дети любят работать на публику), то лучше всего его перенести в другое, менее людное место.

Например, если ребёнок на детской площадке лёг на землю, и стучит кулаками (в истерике), то лучше его взять и перенести в сторону. Там его следует положить в такое же положение и подождать пока истерика закончится (если вы не будете реагировать на истерику, то она быстро закончится). Во время подобных истерик бесполезно что-либо объяснять ребёнку. Дождитесь окончания. И в конце хочется сказать:

### **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!**

#### **Я САМ!**

Я негативен и упрям,  
Строптив и своеволен,  
Средюю социальной я  
Ужасно недоволен.  
Вы не даёте мне шагнуть,  
Всегда помочь готовы.

О боже! Как же тяжелы  
Сердечные оковы.  
Система «Я» кипит во мне,  
Хочу кричать повсюду:  
Я – самость, братцы, я живу,  
Хочу! Могу! И буду!

*(Булдакова Л. А.)*