НЕ ХОЧУ!

НЕ БУДУ!

НЕ МОГУ!

(кризис трех лет)

*Достаточно спокойный в эмоциональном плане период развития ребенка с года до трех лет заканчивается очередным нормативным кризисом психологического развития – кризисом трех лет. Это достаточно бурное время в развитии ребенка. Еще совсем недавно ласковый и спокойный ребенок вдруг становится упрямым, истеричным, строптивым, словом практически неуправляемым. Взрослые зачастую не знают, как себя вести и что делать с этим маленьким упрямцем. Кризис трех лет – эмоционально очень тяжелый период развития как для родителей, так и для самого ребенка. Изменяется поведение ребенка, обостряется его стремление к самостоятельности, он начинает чувствовать себя независимым от взрослых. Основа кризисных проявлений закладывается в промежуточный период между кризисами одного года и трех лет. Проявление самостоятельности связано с попыткой ребенка отдалится от матери, нарушить до сих пор существующую неразрывную связь с ней, научиться жить и действовать самому, как отдельному, ни от кого не зависящему существу. Постепенно ребенок осознает себя участником процесса взаимодействия с другими людьми, процесса общения. Одним из признаков является то, что малыш начинает говорить о себе в первом лице. Если раньше вы слышали, что Маша хочет пить, то теперь ребенок совершенно отчетливо произносит: «Я ХОЧУ ПИТЬ!». Слово Я в его лексиконе становится одним из наиболее часто употребляемых. Это Я постепенно переходит в Я САМ. Недаром кризис трех лет иногда называют еще «кризис Я САМ!»*

*При этом малышу очень хочется почувствовать себя самим собой, но ему тяжело и страшно «остаться одному» в окружающем его мире, отсюда негативные психологические переживания и кризисные симптомы поведения.*

*Внешние проявления кризисного поведения малыша связаны с его упрямством, негативизмом и строптивостью. Ребенок хочет быть инициатором своего поведения и настаивает на этом. Его упрямство – способ проявления собственной воли. Он не дает маме помочь надеть колготки, построить дом из кубиков, на прогулке тянет ее не туда, куда хочется именно ему. На любое возражение может реагировать криком, слезами, нередко переходящими в истерику. Такая капризность ребенка – пока единственная для него возможность проявления своей значимости, а также возможность потребовать ее уважения от других. Он отрицает все, что исходит от взрослого. Ребенок чувствует свою самостоятельность, но пока не знает, как сделать это приемлемым способом.*

*Так как же лучше реагировать на упрямство и капризы ребенка? Как помочь ему преодолеть кризисные проявления? Как смягчить негативные реакции?*

*Можно воспользоваться следующими советами:*

* *Поощряйте самостоятельность и активность ребенка, предоставляйте ему возможность исследования. Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя. Помогайте ребенку в сложных ситуациях. Трехлетние дети не боятся проблем, они уверены в себе, и наша задача – чтобы они не потеряли эту уверенность.*
* *Установите границы активности малыша. Они должны определяться сферой его безопасности. Покажите ребенку зону «можно» и «нельзя». Объясните, что переход этой границы может быть связан с болью и обидой.*

* *Оставайтесь рядом с ребенком, покажите, что вы понимаете и цените его, уважаете его достижения и можете помочь в случае неудачи.*
* *Будьте последовательны в своих требованиях. Если вы что-то не разрешаете ребенку, то стойте на своем до конца. В противном случае слезы и истерика станут для него удобным способом добиться своего.*
* *Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли одинаковые требования к ребенку. Иначе то, что не разрешает папа, то легче выпросить у бабушки – тогда все усилия пойдут насмарку.*
* *Не пытайтесь ругать или уговаривать ребенка во время приступов упрямства. Скорее всего он просто не обратит на вас внимания. Для любой истерики требуется зритель, и ваше внимание будет на руку упрямцу.*
* *Во время приступа попытайтесь переключить внимание ребенка, показав ему что-то новое и интересное. Подобные приемы могут отвлечь внимание от плача и истерики. В противном случае вы можете какое-то время не обращать на него внимания – истерика пройдет сама собой, ведь кричать и топать без зрителей совсем неинтересно.*
* *Будьте готовы принять ребенка, поговорить и поиграть с ним после приступа, не вспоминая того, что с ним случилось.*