

КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ И КАК ЕГО ПРЕОДОЛЕТЬ



Привыкание к детскому саду совпадает с кризисным моментом в психическом развитии ребенка. К трем годам происходят серьезные изменения в психике ребенка, он становится упрямым, капризным, вздорным. Многие родители не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери,

удлинить психологическую «пуповину», научиться многое делать самому и как-то решать свои проблемы. Без психологической сепарации (отделения) от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных ситуациях.

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса, это вовсе не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей. И наоборот, внешняя «безкризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманчивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих возрастных изменений.

Как отличить кризис 3 лет от непослушания?

Непослушание - это невыполнение ребенком указаний взрослого потому, что он занят другим, более интересным делом. Непослушание - это реакция на содержание просьбы. Если взрослый предложит еще более интересное занятие, то ребенок согласится.

Кризис - это сопротивление взрослому, и неважно, что именно он просит сделать. Ребенок может пойти даже против собственного желания и отказаться делать то, что ему на самом деле очень хочется, только потому, что это предложил взрослый.

Итак, представляю вашему вниманию «Великолепную семерку» признаков наступления кризиса трех лет:

НЕГАТИВИЗМ. Он будет очень голоден, но откажется от еды. Ему будет хотеться пойти гулять, но он не согласится пойти на улицу, когда вы это предложите. Будет вам противоречить по любому поводу, сделает наоборот, чтобы вы не предложили. Негативная реакция возникает просто потому, что это предложил взрослый.

УПРЯМСТВО. Он будет настаивать на чем-то только потому, что он потребовал это. Ему уже не нужны эта игрушка или апельсин, но он связан своим первоначальным решением и не может его изменить... «Ма-а-а-а-м-а-а-а-а, ну да-а-а-а-ай!!!!» Обычно упрямство распространяется в основном на близких взрослых. Ребенок бессознательно рассчитывает, что испытание близких не принесет ему серьезного ущерба.

СТРОПТИВОСТЬ. У вас уже сложился определенный ритм жизни, правила, нормы. Едим и ложимся спать во столько, гуляем здесь, играем так, читаем это.. Ну вот теперь это можно забыть. Маленький строптивец будет протестовать против того, что уже сложилось и казалось таким постоянным, удобным, разумным и привычным.

СВОЕВОЛИЕ. «Я – сам!» протестует он против любой попытки ему помочь. Он стремится сделать все сам... даже то, что по определению пока ему не доступно. И только попробуйте ему не позволить этого...

ПРОТЕСТ и БУНТ. Военные действия и обострение конфликта со всеми: мамой, папой, бабушкой, милой соседкой по лестничной клетке... жаль, королевство маловато, развернуться негде.

ОБЕСЦЕНИВАНИЕ. Любимая игрушка разломана и брошена на пол. Может ругаться, дразнить или обзывать любимую маму или других членов семьи. Да и стукнуть может.

ДЕСПОТИЗМ. Он диктует, что он будет есть, что наденет на прогулку, где должна сидеть мама, может ли бабушка входить в комнату и какой галстук должен выбрать, собираясь на работу, папа. Он будет заставлять взрослых делать все, что он требует. По отношению к братьям и сестрам его деспотизм будет проявляться как ревность. Ведь он то знает, что на самом деле-то все они вообще не понятно кто в семье и не имеют никаких прав.

Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности.

- Период упрямства и капризности начинается примерно в 18 мес. Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5-4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – вещь нормальная.
- Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки. Девочки капризничают чаще, чем девочки.
- В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз на дню. У некоторых до 19 раз!
- Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямятся и капризничать, то вероятнее всего речь идет о фиксированном упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. **Чаще всего это результат соглашательного поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.**

Что формируется в период кризиса трех лет:

Воля и связанные с ней чувство независимости и самостоятельности. Если не дать возможности сформироваться воле – ее место займут чувства стыда и неуверенности

Гордость за достижения. То есть способность настойчиво и целенаправленно стремиться к поставленной им цели, невзирая на сложности и неудачи. Только при этом очень важно, чтобы взрослые эту победу увидели и одобрили. Если же этого не произойдет – ценность достижения катастрофически падает... Также надо учитывать, что чувство гордости сочетается в этом возрасте с обостренным чувством собственного достоинства. И отсюда – повышенная обидчивость, эмоциональность и чувствительность к тому, насколько родители и другие важные для малыша люди признают его достижения.

Способность к обособлению, отделению от других. Тренирует эту способность он в тех же действиях, что и развивает самостоятельность. Ведь в момент своего детского противостояния он глубоко переживает чувство обособления... а иногда и отторжения со стороны взрослых, вызванных его «дурным поведением»

Чувствительность и сензитивность к чувствам других. Если я сделаю так – как отреагирует мама? А если вот так?... Постоянная проверка, наблюдения выводы... Таким образом (если родители помогут, конечно) юный исследователь человеческих отношений учится и навыкам позитивного общения, и приемлемым (читай – мирным) формам обособления от других.

Рефлексия. Он вообще только недавно открыл для себя то, что он – это он. Отдельный от других, могущий влиять на окружение. А теперь еще начинает сравнивать себя с другими. И отношение к себе зависит от собственных достижений.

Проводится проверка границ дозволенного. Ага, если начать истерику в людном месте – мама сломается. А вот это – незыблемо. Даже не стоит и пробовать... **Постоянное выяснение что «можно» и что «нельзя».**

Что могут сделать родители.

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.
- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
- Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепка еще сильнее его возбудит.
- Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь в дальнейшем при этом мнении. Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести.
- Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних. Ребенку только это и нужно.
- Обращайтесь с ребенком, как с равным. Спрашивайте его мнение, просите разрешения воспользоваться его вещами, говорите «спасибо» в ответ на его услуги... Так вы не только снизите его желание упрямствоваться, но и покажете хороший пример для подражания.
- Ну и если поведение вашего ребенка иногда сводит вас с ума, может мысль о том, что это скоро пройдет, вас утешит. Зато сейчас а вы вместе с малышом закладываете основы для формирования его личности.

