

Кризис трёх лет

Когда ребенку исполняется три года, большинство родителей сталкиваются с непонятной ситуацией: всегда послушный и добрый ребенок вдруг превращается в агрессивного, капризного и вредного хулигана, а в его лексиконе появляются сплошные «не хочу», «не буду», «не пойду». С чем же связано такое изменение в поведении малыша? На самом деле это явление имеет простое объяснение, а называется оно «кризис 3 лет».



7 признаков кризиса

Психология характеризует кризис 3-х лет как семизвездие симптомов. Эти отличительные качества помогают точно определить, что ребенок вступил в пору независимости от взрослых, а его эмоциональность не является следствием избалованности либо обычной вредности.

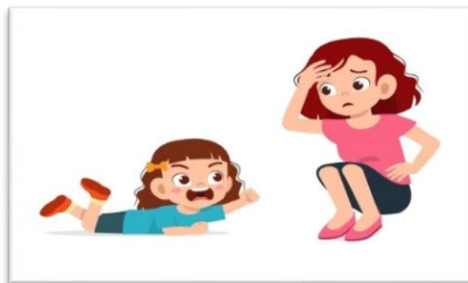
Симптомы – семизвездия кризиса 3 лет.

1. **Негативизм** – реакция не на содержание предложения взрослых, а на то, что оно идет от взрослых. Стремление

сделать наоборот, даже вопреки собственному желанию.

2. **Упрямство.** Ребенок настаивает на чем-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 трех лет.



4. **Своеволие.** Стремится все делать сам.

5. **Протест – бунт.** Ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими.

6. **Симптом обесценивания** проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей.

7. **Деспотизм.** Ребенок заставляет родителей делать все, что он требует. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм проявляется как ревность.

Кризис трёх лет: правила для родителей

Чтобы максимально сгладить выраженность негативных проявления кризисного периода, взрослым следует прислушаться к нескольким рекомендациям специалистов:

1. Дайте ребёнку большую самостоятельность.

Например, привлекайте его к выполнению домашних обязанностей. В три года мальчику и девочке можно доверить мытьё посуды (пластиковой), уборку, раскладывание салфеток и пр. Исключение касается только потенциально опасных занятий – работы с электрическими приборами.

2. Сохраняйте спокойствие.

Чрезмерно эмоциональное реагирование родителей на поведение ребёнка лишь упрочит его позиции и участит истерики. Если же мама спокойно и без эмоций смотрит на крики и слёзы, малыш понимает, что его манипулирование не приводит к нужному результату. В результате поведение стабилизируется.



3. Снизьте количество запретов.

Нет нужды окружать своё чадо многочисленными ограничениями, которые только злят его. Озвучьте по-настоящему важные правила, касающиеся безопасности и социальных норм, которые нарушать категорически запрещено. А в мелочах можно и нужно уступить.

4. Позвольте ребёнку выбирать.

Чтобы избежать конфликта, можно немного схитрить, предложив малышу выбрать из нескольких вариантов. К примеру, спросите у дочки, в каком платьишке она пойдёт в садик: зелёном или голубом.



Малыш в три года не всегда идёт наперекор родителям, особенно если его не заставляют, а просят. Мудрые родители не тащат сопротивляющегося ребёнка через дорогу, а просят его взять себя за ручку и перевести на другую сторону проезжей части.

Борьба с истериками

Третий год жизни ребёнка – время для появления либо усиления истерических реакций. Нарастает их интенсивность кризис трех лет.

Советы родителям по борьбе и предупреждению истерики:

1. Чтобы предупредить эмоциональную вспышку, необходимо заранее договариваться с ребёнком. Например, до посещения магазина игрушек договоритесь, что именно будете приобретать. Конечно, это не поможет в 100% случаях, однако вероятность истерики существенно снизится.

2. В разгар аффекта не следует что-либо объяснять ребёнку. Подождите, когда он придёт в себя, а уже затем обсудите, почему его поведение (но не он) кажется вам плохим и недостойным. Обязательно рассказывайте малышу о своих чувствах, пусть даже негативных.

3. В случае публичной истерики необходимо лишить ребёнка «зрителей». Для этого нужно или отвести его в менее людное место, или попытаться отвлечь внимание пролетающей птичкой или пробегающей собачкой.

Ну а поскольку ведущий вид деятельности для трёхлеток игра, все ситуации, приводящий к истерикам, следует проигрывать. «Делайте покупки» вместе с куклами, «кормите» игрушек, разыграйте поход в поликлинику и т.д.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования
г. Краснодар. «Центр развития ребёнка
– детский сад № 101»

Как помочь ребёнку и себе пережить кризис 3-х лет



Педагог – психолог