

## Как проявляется кризис 3 лет?

### 1. Негативизм или

**«Как скажете, лишь бы не так и не то!»**

Ребенок поступает вопреки не только родителям, но порой даже своему собственному желанию.

Малыш отказывается выполнять просьбы не потому, что ему не хочется, а только потому, что его об этом попросили.

Например, мама предлагает идти на прогулку.

Малыш, который обожает гулять, почему-то заявляет: «Не пойду!». Почему? Потому что это **мама** предложила идти гулять, а не он сам так решил!

Попробуйте вместо утвердительной формы «Идем гулять!» просто спросить малыша о его желании: «Сашенька, мы гулять пойдем?».

Часто спасает фраза «Давай **вместе!**». Например, ребёнок говорит: «Не буду умываться!» заменяем фразой «Давай вместе будем умываться!», а дальше задача сделать так, чтобы ему было интересно умываться. Например, читаем стишок «Водичка, водичка, умой мое личико...» или умываем мишку.

В некоторых ситуациях можно применить маленькую военную хитрость. Например, вместо вопроса, «Ты будешь кушать?», задайте вопрос, содержащий несколько вариантов для выбора, но на который нельзя ответить нет: «Ты будешь кушать гречневую кашу или рисовую?». Ну, и совсем в крайних случаях, можно предложить ребенку сделать противоположное, с расчетом на то, что малыш из чувства негативизма сделает то, что надо. Например, скажите: «Гулять сегодня не пойдем!», тогда малыш будет настаивать на прогулке. Но часто прибегать к этому способу не стоит, так как это обман.

### 2. Строптивость или «Нет – и всё!»

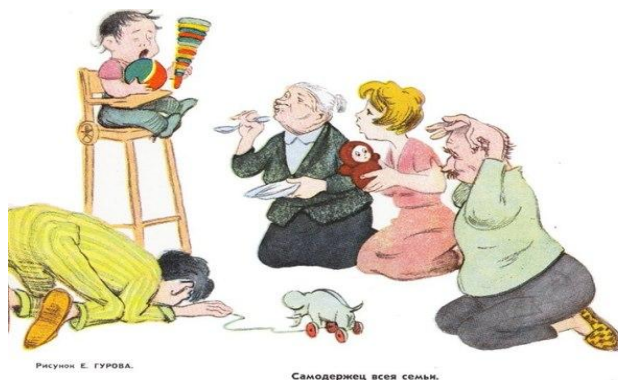
Строптивость очень похожа на негативизм, но отличается тем, что не направлена на определенного человека — это протест против самого образа жизни. Ребенок отказывается выполнять требования взрослых, словно их не слышит (особенно это проявляется в семьях, где наблюдаются противоречия в воспитании: мама требует одно, папа – другое, а бабушка вообще все разрешает).

Отвлеките ребенка от того, что стало камнем преткновения, и через пять минут ребенок неожиданно согласится с Вашим предложением, забыв, что недавно возражал.

## КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ



*Кризис — необходимый этап развития личности. Достигнув определенного возраста, малыш должен получить новые навыки, приблизиться ко взрослой, сформировавшейся личности.*



**Обнимайте своего ребенка чаще и говорите ему о том, что вы вместе сможете преодолеть все невзгоды!**

### 3. Упрямство или «Я решил сам!»

Когда ребенок упрямится, он настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал: «Я так решил!».

Например, малыш просит дать ему мяч.

Но мяча нет, и мама предлагает ему замену, например, его любимую книжку. Малыш понимает, что книжка намного интереснее, чем мяч. Но все равно настаивает на своем: «Дай мяч!».

Почему? Потому что это **мама** предложила книжку, а не он **сам** так решил.

Подождите несколько минут, зачастую малыш сам примет решение и попросит книжку. Удивительно, но факт!

### 4. Своеволие или «Гордый карапуз»

Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет.

Безусловно, бывает удобнее сделать что-то за ребенка, ведь так быстрее. Но этим вы лишаете его радости от процесса деятельности. Присмотритесь к малышу, и Вы увидите гордость от собственной самостоятельности.

Позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это ему не по силам. Увы, но опыт приходит только в паре с ошибками.

И если у крохи что-то получилось, обязательно похвалите его, объясните, **что** именно он сделал хорошо, и подчеркните, какой он стал большой и самостоятельный. Такое признание успехов поднимает самооценку, придает уверенности в силах и удовлетворит потребность быть хорошим.

**Таким образом, формируется основа «системы Я», т.е. самой личности ребёнка!**



### **5. Протест-бунт или «Стройся, родитель, я – бунтарь!»**

Именно бунтом и протестом отвечает малыш на давление со стороны родителей, и их желание все решать за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Садись за стол!», «Надень тапочки!»). Бурная энергия ребенка должна найти выход в виде деятельности.

А если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева, истерик). Любому человеку (а ребенку и тем более) очень тяжело долго находиться в нервном напряжении, и если не наступает разрядка в виде эмоции или какой-либо деятельности, то возникает стресс и, как следствие, снижение иммунитета.

Ребенок, чью деятельность постоянно сдерживают родители, считая его поведение неправильным, будет искать другие пути освобождения от накопившегося напряжения. Например, в виде агрессии или онанизма. Если малыш заходится в истерике, спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. А затем, предложите малышу порисовать, полепить, поиграть.

**Что-либо объяснять во время истерики бесполезно. Так уж устроена психика человека. Во время проявления эмоций человеку, а уж тем более ребенку, трудно сосредоточиться на том, что ему говорят (это принцип доминанты — очаг возбуждения в головном мозге подавляет все остальные).**

#### **Помогите ребенку пережить этот период**

- Обязательно нужно говорить о последствиях непослушания, чтобы ребенок начинал осознавать свою ответственность, выбирая те или иные действия.

- Если ребенок хочет помочь вам по дому, дайте ему сделать это. И даже если у него что-то не получится, обязательно хвалите и благодарите за помощь. Вы покажите ему пример, что нужно быть благодарным, когда тебе помогают, и в тоже время ребенок будет приучаться к трудолюбию.

- Можно позволять малышу принимать участие в выборе игрушек, книг или игр при покупке. Такой подход позволит выработать самостоятельное принятие решений, что очень важно для дальнейшего становления личности

### **6. Обесценивание или «Прочь отсюда – игрушки, книжки...»**

Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (он может бросать их, ломать) и к людям (малыш может стукнуть или обозвать маму грубыми словами). Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией).

Потом он поймет, что такое его поведение может быть неприятно другим людям. А пока... Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если...). Направляйте энергию ребенка в мирное русло.

Например, если малыш рвет книжку, предложите ему рвать старые журналы. Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек.

Например, если малыш отказывается одеваться на прогулку, то предложите ему одеть куклу или плюшевого медведя, пусть он поиграет роль взрослого. Через некоторое время ребенок согласится одеться и сам тоже.

#### **Помогите ребенку пережить этот период**

- Не говорите, что чей-то ребенок лучше делает.

Сравнивайте его лишь с самим собой. Например, скажите: «Сыночек, вчера ты нарисовал солнышко аккуратнее». Так, вы вроде бы и не ругаете, и в тоже время намекаете, что стоит постараться

- Никогда не говорите ребенку, что он плохой. Говорите, что так вести себя некрасиво

- Поддерживайте ребенка. Если у ребенка не получается надеть колготки — не ругайте его. Скажите: «Доченька, у тебя почти получилось. Ты — молодец. Давай я немножко тебе помогу»

- Старайтесь ребенку объяснять, играя. Если малыш сам не хочет кушать, то предложите покормить и мишку. Но потом скажите, что мишка хочет кушать по очереди. Правила этикета объясняйте, играя с детской посудой

- Если ваш малыш пытается добиться чего-то истерикой — не поддавайтесь. Иначе вы лишь дадите ему знак, что это действенный метод получить желаемое

- Не ленитесь отвечать на многочисленные вопросы ребенка  
- Играйте и веселитесь вместе с ребенком. Он должен чувствовать вас своим другом

### **7. Деспотизм или «Я — здесь начальник!»**

Малыш учится управлять окружающим миром, пытается заставить родителей делать то, что он хочет. Необходимо понимать, что стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» — это хорошая черта характера, которая позволяет человеку быть самому хозяином своей жизни и как следствие — брать на себя ответственность за происходящее, а не быть ведомым другими людьми (это особенно ценно в подростковом возрасте, когда велика опасность влияния «дурных компаний»). Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей — будьте непреклонны (безо всяких исключений). Позволяйте малышу совершать ошибки, ведь сейчас ребенок учится исключительно на собственном опыте. Ему сложно понять объяснения взрослых.

*Кризис трёх лет – прежде всего кризис социальных отношений, взаимоотношений личности ребенка и окружающих. И протекать остро он будет только в том случае, если взрослые, не замечая у малыша тенденции к самостоятельности, будут сохранять прежний тип отношений, устраивающий их, взрослых, но сдерживающий активность и самостоятельность детей.*

#### **Помогите ребенку пережить этот период**

*Вам будет сложно выслушивать ежедневно необоснованные истерики ребенка, но ваша задача — не срываться.*

- Крик на ребенка лишь усугубит ситуацию. Малыш станет еще более агрессивным

- Всегда старайтесь обхитрить ребенка. Давайте ему самому выбирать, но из заранее допустимых вариантов

- Не ходите с ним туда, где он точно будет психовать (к примеру, в магазин игрушек)

- Не должно быть такого, чтобы мама что-то разрешала, а папа запрещал или наоборот. В таком случае ребенок выберет для себя «удобного» родителя и будет вить из него «веревки», как бы странно это не звучало.

- Всегда нужно быть дисциплинированными и последовательными в своих требованиях. Например, если вы говорите, что руки нужно мыть каждый раз, придя с улицы, выполнять это нужно постоянно.