

## Кризис трех лет.

Вашему ребенку скоро три, и вы все чаще стали замечать его неадекватное поведение. Он постоянно чего-то не хочет, постоянно твердит «я сам». Вы огорчаетесь и злитесь на него?

Дело в том, что ваш ребенок проходит кризис трех лет. Впервые данный кризис был описан Эльзой Келлер в работе о личности трехлетнего ребенка. Великий русский психолог Выготский так же рассматривал его. Рассмотрим его проявления.

**Негативизм.** Ребенок не хочет что-либо делать, именно потому, что об этом его попросил взрослый. От простого непослушания негативизм отличается тем, что ребенок реагирует не на содержание просьбы, а на сам факт просьбы взрослого.

**Упрямство** — такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем либо не по тому, что ему этого сильно хочется, а потому что ОН этого требует.

**Строптивость** — протест против норм воспитания, старого образа жизни.

**Своеволие** — стремление к самостоятельности.

**Бунт—протест.** Проявляется в частых ссорах с окружающими. Складывается ощущение, что ребенок находится в состоянии войны со всем миром.

**Обесценивание взрослых.** Ш.Бюллер описала ужас семьи, когда мать услышала от ребенка, что она дура.

В семье с единственным ребенком проявляется **деспотизм**. Ребенок стремится проявить свою власть над окружающими. Там, где ребенок не единственный, может появиться **ревность**.

Существует и так называемый второй пояс симптомов, то есть последствия основных симптомов, которые возникают при неблагоприятном исходе кризиса. К ним относят агрессивность, энурез, ночные страхи, беспокойный сон. Можно сказать, что очень большое количество проблем с

которыми обращаются психологу в дошкольном детстве обусловлено тяжелым протеканием кризиса трех лет. Почему же возникает этот кризис?

Психологи говорят о рождении личности ребенка. До этого кризиса желания малыша были ситуативные и неустойчивы, вам легко удавалось переключить его внимание на что-то другое. Сейчас же ребенок учится управлять своими желаниями, удерживать их, добиваться своего.

В этом возрасте ребенок осознает, что он отдельная личность, и что его желания не всегда совпадают с желаниями взрослого. Его самое сильное желание стать таким же как взрослый, действовать на равне с вами. Истинный смысл слов «Я сам» - «Я хочу так же, как ты».

По тому, на кого направлен кризис у ребенка можно судить об его привязанностях. Сильнее всего симптомы кризиса появляются у него в общении с наиболее значимым взрослым. Чаще всего это мать.

При прохождении кризиса трех лет происходит процесс формирования границ дозволенного, то есть понимание того, что можно ребенку делать, а что нельзя. (Игра «Скульптор»).

Требование к границам должны быть следующими:

Все что ребенок может сделать сам он должен сделать сам. Границы должны быть максимально широкими.

Границы должны быть жесткими. Взрослым следует быть последовательными в воспитании. Если сегодня что-то нельзя, то нельзя всегда. И решение не поменяется ни при каких обстоятельствах.

Единство педагогических требований. Требования всех воспитывающих ребенка людей должны быть одинаковыми.

Не забывайте про любовь. Установление дисциплины должно происходить в атмосфере любви. Ребенку нужен физический контакт и ваше внимание быть может больше, чем когда либо.

А что же делать с конкретными реакциями ребенка? Как реагировать, когда он заявляет «не хочу, не буду»? Задача родителя добиться того, что он хочет получить от ребенка любыми позитивными т. е. не причиняющими

вреда личности способами. Я упомяну лишь о некоторых из них -остальные ваша фантазия.

Реакции от противного. Этот способ подходит для детей, у кого кризис проявляется очень сильно, и на каждое ваше предложение ребенок отвечает противоположным. Предложите ему противоположное тому, что на самом деле хотите, например «Лена не пойдет гулять» и ребенок, наверняка, засобирается на прогулку.

Другой способ применение ролевой игры. Например, пойти на прогулку девочку может попросить любимая кукла, а кофточки и штанишки захотеть, что бы ребенок их надел.

Третий способ - предложить несколько решений выбранной вами проблемы. Например «мы сегодня заплетем косичку, хвостик, или два хвостика». Заметьте, то, что причесываться надо, уже не обсуждается.

Если ребенок нарушает границы дозволенного, его можно и наказать, но после наказания очень важно проговорить, за что именно ребенок был наказан и помирится с ним, сказать о том, что наказание было для его же блага.

И последнее. В этом возрасте ребенок стремится ощущать себя более взрослым. Уважайте его потребность. Вы можете посоветоваться с ним о каких-то важных для вас вещах. Совет в данном случае - не проявление слабости. Вы покажете ребенку, что его мнение для вас ценно. Чаще хвалите его, говорите ему о том, как многому он уже научился. Можно подарить ему что-нибудь взрослое, например, шариковую ручку.

Агрессивность, как мы говорили, тоже может встречаться при кризисе трех лет. В таком случае ребенок просто высвобождает свои негативные эмоции в агрессивных действиях. Важно научить ребенка выражать ее в приемлемой для окружающих форме. Например, «неживое бить можно, а живых нельзя». (Цветок злости). Для профилактики агрессивности следует усилить физический контакт. Хороший способ справиться с агрессивностью физическая нагрузка.