

# Кризис 3-х лет. Семизвездие симптомов

## **СТРОПТИВОСТЬ.**

Направлена против норм, воспитания, образа жизни.

## **НЕГАТИВИЗМ.**

Стремление сделать всё наоборот, иногда даже вопреки собственному желанию

## **ПРОТЕСТ-БУНТ.**

Ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими

## **СВОЕВОЛИЕ.**

Ребенок старается все делать сам

3 года

## **ДЕСПОТИЗМ.**

Ребенок заставляет родителей исполнять все свои желания, учится манипулировать родителями.

## **УПРЯМСТВО.**

Ребенок настаивает на своём, не потому что хочет, а потому что он этого потребовал

## **ОБЕСЦЕНИВАНИЕ.**

Ребенок начинает ругаться с родителями и другими близкими взрослыми, обзывается



# Почему происходит кризис 3-х лет у ребенка?

Первые три года ребенок физически и психически зависим от матери, он не отпускает ее ни на шаг, тяжело переживает разлуку. Но затем, по мере взросления

ребенок начинает исследовать пространство, видит результаты своей деятельности, приходит в восторг от осознания того, что может влиять на окружающий мир. Он подражает взрослым, использует их лексику, "примеряет" на себя разные роли, начинает играть в ролевые игры. Проявляет интерес к сверстникам и начинает взаимодействовать с детьми, играет в совместные игры с ними.

Его уверенность в себе достигает вселенского масштаба:

**«Ура! Я САМ это умею! Я САМ это могу! Я БОЛЬШОЙ, как мама и папа!».**



**РЕБЕНОК НАЧИНАЕТ ОСОЗНАВАТЬ СЕБЯ ОТДЕЛЬНОЙ И НЕЗАВИСИМОЙ ЛИЧНОСТЬЮ.**

Проявлять себя кризис может по-разному, но зачастую, ребенок становится более капризным, начинает «закатывать» истерики. В такие моменты важно помнить:

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

# Как пережить кризис 3-х лет вместе с ребенком?

«Что же делать?» - именно таким вопросом часто задаются родители маленьких бунтарей. Всем озадаченным мамам и папам психологи рекомендуют придерживаться следующих правил:

*Вырабатывайте правильную тактику своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.*



Позволяйте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по возможности) в дела ребенка, если он не просит.

*Помните, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят вечером. Проявляйте твердость. Устанавливайте четкие запреты (нельзя убегать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов должно быть не больше 5. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи без исключения.*



Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой.

*При вспышках упрямства, гнева отвлекайте малыша на что-нибудь нейтральное (вспоминайте, какую собачку, кошечку или бабочку Вы видели на прогулке).*



Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но вместе с тем, рассказываете, что мишка любит есть по очереди – ложка ему, ложка Маше. Обыграть можно многое: умывание, одевание, уборку игрушек...

*Обязательно подчёркивайте, какой Ваш ребёнок уже большой, не «сюсюкайтесь» и не делайте все сделать за малыша. Разговаривайте с ним, как с равным человеком, мнение которого Вам интересно.*



Любите ребенка и показывайте ему, что он дорог Вам, несмотря ни на что.