



## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ



**Кризис 3 лет** само по себе название условное и не имеет четкой привязанности к точному возрасту. Ошибочно думать, что ровно в три года у ребенка резко изменится поведение. Начало может варьировать. У некоторых детей кризис начинается раньше трех лет, у других — гораздо позже. В среднем первые симптомы появляются в возрасте 2,5–3,5 лет. Длительность и степень выраженности кризиса зависят от многих факторов, но во главе стоят: темперамент ребенка, стиль родительского воспитания и особенности эмоционального взаимодействия между матерью и ребенком.



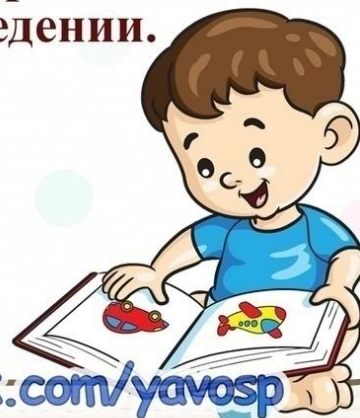


# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ

## Симптомы

1. Ребенок становится очень вспыльчивым без видимого повода.
2. В общественных местах, особенно в магазинах, незамедлительно требует покупки желаемого. В случае отказа закатывает истерики, добиваясь привлечения внимания. Родители отмечают, что поведение мгновенно меняется при выполнении его требования.
3. Родители подмечают чрезмерное проявление самостоятельности (пытается самостоятельно одеваться, купаться, на улице убежать в противоположном направлении и т. д.).
4. Каждая просьба сопровождается ярким протестом.
5. Любое столкновение с трудностями вызывает чрезмерное огорчение и агрессию (может ударить маму; бросает игрушки или первое, что попадает в поле зрения).
6. Прежние модели поведения в сложных ситуациях перестают работать.

Все эти поведенческие особенности характеризуют семизвездие симптомов кризиса трех лет из-за семи ярких проявлений в детском поведении.



# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ



## Негативизм

Ярким проявлением является отрицание просьб и требований взрослых, стремление сделать все наоборот. Складывается впечатление, что ребенок делает все назло.

Детский негативизм — это отрицание ребенком требований взрослого. При негативизме ребенок отказывается от просьбы не потому, что он этого не хочет, а потому, что именно об этом его попросил взрослый. Иными словами, негативная реакция проявляется не на содержание действия, а именно на предложение, поступающее от взрослого.

## Упрямство

Данный симптом проявляется стойким желанием ребенка отстаивать свою позицию, даже если он не хочет этого делать, загоняя себя в ловушку. Родители могут путать такое поведение с настойчивостью, но принципиальным отличием является мотив. При упрямстве важно выполнение требования, даже если оно идет вразрез с желанием. Ребенок не может изменить первоначальное решение, несмотря на доводы и убеждения взрослых.

Например, одна из частых ситуаций, которая демонстрирует упрямство во всей красе: ребенок очень сильно устал и хочет спать, но упрямится и стойко отказывается, продолжая играть в игрушки, даже если ему уже не сильно хочется, вопреки доводам и уговорам мамы.



# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ



## Строптивость

Ключевой симптом кризиса трех лет проявляется стремлением малыша противостоять принятым нормам поведения в семье.

Строптивость может выражаться в отказе от мытья рук перед едой, в недовольстве от совместного ужина с членами семьи. Еще одно частое явление — протест против того, чтобы мама брала его за руку во время прогулки. Взрослые подмечают, что в этот период ребенку ничего не нравится из того, что он делал раньше.

## Своеволие

Многие взрослые особенно хорошо знакомы с данным проявлением. Период «Я САМ» всецело захватывает ребенка, часто обозначая начало кризиса. Это выражается в высокой потребности делать все самостоятельно. Порой гипертрофированная самостоятельность может быть даже опасной. Запрет со стороны взрослого на проявление самостоятельности воспринимается очень остро. Поскольку дети в силу возраста не всегда оценивают собственные возможности адекватно, при неудачной попытке выполнить что-либо самому быстро разочаровываются и болезненно реагируют.

## Протест-бунт

Данное состояние характеризуется частыми конфликтами детей с родителями. Известный психолог Л. С. Выготский описывал это как: «Ребенок находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними». Регулярность ссор откладывает определенный отпечаток на детско-родительские отношения. У детей поведенческая реакция проявляется агрессией, раздражением, особенно если взрослые грубо противостоят «новому» поведению ребенка.



# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ



## Обесценивание

Этот неприятный симптом кризиса проявляется потерей привязанности к тем вещам и ценностям, которые были очень важны для ребенка.

Например, любимая игрушка становится плохой, а любимое блюдо — невкусным. Лексикон пополняется обидными словами в сторону взрослых, тем самым подрывая родительский авторитет. Иными словами, обесценивается все то, что было дорого и близко ребенку.



## Деспотизм

Заключительный симптом возрастного кризиса выражается в деспотичном поведении. Малыш пытается командовать взрослыми, навязывая свои правила поведения. Например, запрещает входить или, наоборот, выгоняет взрослого из комнаты. Настаивает на выборе одежды, игнорируя замечания. В семьях, где несколько детей, он ревностно воспринимает братьев или сестер, запрещая родителям уделять им внимание или перетаскивает все одеяло на себя, добиваясь конечной цели — положения господства над окружающими.

Дети в три года ожидают от окружающих, а особенно от родителей признания их самостоятельности и независимости, даже несмотря на то, что сами к этому еще не готовы. Поэтому для ребенка в этом возрасте очень важно чтобы с ним советовались и интересовались его мнением. Не ставьте малышу ультиматумы, подойдите к постановке своих просьб или пожеланий изобретательнее.





# ПРИНЦИПЫ ПОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

- 1) Обращаясь к ребенку, формулируйте свои просьбы не в виде утверждения («Иди кушать»), а в виде вопроса («Ты будешь кушать рисовую кашку или гречневую?») в зависимости от ответа, который вы ожидаете услышать).
- 2) Ведите себя с малышом, как с равным. Спрашивайте разрешения взять его игрушку, обязательно говорите: «Спасибо», если кроха оказал вам услугу. Так вы не только избежите негативизма и упрямства с его стороны, но и подадите хороший пример для подражания.
- 3) Направляйте энергию ребенка в мирное русло, то есть предлагайте замену нежелательным поступкам малыша (так делать нельзя, а так можно, используйте игру для сглаживания кризисных моментов).
- 4) Уступайте ребенку в «мелочах», максимально расширьте его права, позвольте ему совершать ошибки, не вмешивайтесь в детские дела, если малыш об этом не просит. Но в том, что касается его здоровья и безопасности, а также здоровья и безопасности других людей – будьте непреклонны – НЕТ, безо всяких исключений!
- 5) Если малыш стал сопротивляться вашему предложению из чувства негативизма, просто подождите несколько минут. Ему нужно немного времени, чтобы самому принять решение.
- 6) Если у ребенка, не смотря на ваши усилия, началась истерика. Спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. Но не ждите, что малыш поймет вас так, как вам бы хотелось, даже если вам кажется, что вы все очень подробно разжевали. Скорее всего, придется не раз возвращаться к этому разговору в других подобных ситуациях.

