

Консультация для родителей

«Кризис трех лет и как его преодолеть»



Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным, в этом возрасте дети уже имеют собственное "хочу" и готовы отстаивать его перед взрослыми. Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности.

Многие родители слышали о таком понятии, как «кризис 3 лет». Однако всё равно случающиеся у трёхлеток истеричность, негативное отношение к просьбам и пожеланиям со стороны взрослых застают последних врасплох. Не зная, как реагировать на детские истерики и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся.

Интересно, что основной негатив направлен на наиболее близких людей и, в первую очередь, на маму. С остальными взрослыми и ровесниками кроха может вести себя абсолютно ровно. Следовательно, именно на родных ложится ответственность по оптимальному выходу малыша из кризиса.

На интенсивность эмоциональных реакций могут повлиять и косвенные условия. Например, ребёнку будет сложнее переживать кризис, если пик явления придётся на адаптацию к детскому саду или появление в семье младшего братика или сестрёнки.

Главные признаки

Негативизм.

Ребёнок даёт негативную реакцию не на само действие, а на требование или просьбу взрослого. Главный мотив — сделать наоборот иногда даже в ущерб своему желанию. Нет нужды давить на ребёнка или заставлять его выполнять нужное действие. Пусть он немного «остынет», а уже затем



обращайтесь к нему с просьбой. Как вариант, «переговорщиком» может выступить другой член семьи – например, папа.

Упрямство.

Это реакция ребёнка, который настаивает на чём-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались. Нет нужды переубеждать ребёнка или опять же настаивать на своём.



Строптивость.

Она направлена не против конкретного взрослого, а против всей сложившейся системы отношений, против принятых в семье норм воспитания. Если ребёнок не собирается выполнять вашу просьбу прямо сейчас, постарайтесь переключить его внимание на другое занятие. Спустя некоторое время он, например, самостоятельно уберёт игрушки или вымоет руки, а вам не придётся «стоять над душой».

Своеволие.

Желание всё делать самостоятельно, часто неадекватное возможностям. Например, завязывать шнурки или пойти самостоятельно домой и тд. Самостоятельное поведение ребёнка – ключ к приобретению драгоценного опыта. Даже если у детей что-то не получится с первого раза, появится возможность научиться на своих ошибках. Однако введите запреты на те действия, которые могут навредить ребёнку или другим людям.

Протест-бунт.

Это когда конфликты с взрослыми становятся постоянными. Протестное поведение – это реакция ребёнка на давление со стороны значимых взрослых, которые требуют завтракать в одно и то же время, не кричать на улице, не ломать игрушки и т.д. Во время протестных «акций» старайтесь не терять самообладание, слушайте мнение ребёнка. Если он бунтует против мер безопасности (хочет играть с мячом на дороге), не идите на поводу и не меняйте

решения

Деспотизм.

Часто проявляется в семьях с единственным ребёнком, особенно при чрезмерном потакании всем прихотям окружающими. Подобное поведение – пример манипулирования. Поэтому старайтесь не идти на поводу маленького деспота, одновременно показывая, что ваше внимание вполне можно привлечь мирными способами, без конфликтов и истеричности.

Ревность.

В ситуации нескольких детей в семье. Та же тенденция к власти здесь выступает как источник ревнивого, нетерпимого отношения к другим детям, которые по мнению ребёнка не имеют никаких прав в семье.



Обесценивание

В 3 годика дети нередко перестают ценить всё, что прежде представлялось им очень важным. Причём относится это как к близким людям, так и к неодушевлённым предметам и правилам поведения.

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

* **Дайте ребёнку большую самостоятельность.** Например, привлекайте его к выполнению домашних обязанностей. Исключение касается только потенциально опасных занятий – работы с электрическими приборами.

* **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.

* **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 уступать.

* **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.



* **Родители должны одинаково воспитывать ребенка.** Непозволительно, когда один разрешает, а другой запрещает. Это приведет лишь к негативному отношению ребенка к источнику постоянных запретов.

* **Если ребенок уже впал в истерику — подождите.** Только когда малыш успокоится — спокойно, но уверенно объясните ему все.

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

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

* **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.

* **Не ленитесь отвечать на многочисленные вопросы ребенка.**

* **Играйте и веселитесь вместе с ребенком.** Он должен чувствовать вас своим другом.

* **Не делайте за ребенка то, что он уже может делать сам.** Этим вы сократите количество поводов для истерик во много раз. Если ребенок уже сам умеет

одеваться, пусть одевается сам. Не бросайтесь по первому «зову» натягивать на него шапку, если он уже сам ее одевал.

Кризис будет протекать существенно мягче, если родители будут учитывать возрастные и индивидуальные особенности малыша при выборе оптимальных воспитательных мер.

Кризис 3-летнего возраста – не повод паниковать и считать своего ребёнка плохим и неуправляемым. Через этот период проходят все дети, но в ваших силах сделать его протекание максимально безболезненным и плодотворным для малыша. Для этого нужно лишь уважать его как личность.

Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее. Ребенок овладевает новыми, более взрослыми формами поведения, и мы должны с пониманием и заботой относиться к маленькому человеку, который познает самого себя. Ребенок должен быть уверен в том, что, как бы он себя не вел, его всегда будут любить и никогда не бросят. Нужно относиться к этому с определенной долей юмора и благоразумием, тогда ребенок поймет, что самостоятельность требует большего, чем просто чистое отрицание.

*Кризис трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот период: **терпение, терпение и терпение!***

Материал подготовлен воспитателем группы «Семицветики»

Овсянниковой Ю.Н.

