

Кризис трёх лет



Кризис – особый, относительно непродолжительный во времени период жизни, характеризующийся резкими психическими изменениями. Он может начинаться в 2-2,5 года и протекать бурно и стремительно, а может остаться незамеченным родителями и в 3 года. Как правило, в большинстве случаев ситуация стабилизируется к четырем годам. Форма, длительность и острота проявления будет зависеть от

индивидуальных особенностей малыша, стиля воспитания, состава семьи и пр. Известно, что чем жёстче ведут себя родители, тем острее протекает кризисное явление.

Нужно помнить, что чем доверительнее и спокойнее отношения ребёнка с родителями, тем мягче будет проходить кризис.

Каковы причины детского кризиса 3 лет?

Первые три года ребенок физически и психически зависим от матери, он не отпускает ее ни на шаг, тяжело переживает разлуку. В этот период малыш впитывает в себя, как губка, огромное количество информации, которая непрерывно накапливается. Проходит время, малыш крепнет физически и психически.

Исследуя пространство, ребёнок 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. Ребенок 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 независимой личностью. Но многие желания ребенка не соответствуют его реальным возможностям (внутренний конфликт) – с одной стороны, а с другой - он сталкивается с постоянной опекой взрослых (внешний конфликт) - как раз именно здесь и происходит внутреннее противоречие между «хочу» и «могу». Эти процессы и являются так называемым «кризисом Я сам».

Проявления кризиса

- ✓ негативизм
- ✓ упрямство
- ✓ своеволие

- ✓ протест-бунт
- ✓ обесценивание
- ✓ деспотизм.

Как пережить кризис 3 лет у ребенка?

- Выработывайте 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.).

- 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).

- Когда ребенок злится или у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо. Отложите это до тех пор, пока малыш не успокоится. Возьмите его за руку и уведите в спокойное безлюдное место.

- 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 старайтесь 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.

