

КРИЗА ТРЬОХ РОКІВ: ЗРОЗУМІТИ, А НЕ ЗДОЛАТИ

Період раннього дитинства є важливим етапом у становленні та розвитку особистості. Цей період завершується кризою трьох років, або «кризою впертості», як часто називають це явище батьки.

Проте чи буде дитина проявляти впертість затято, залежить саме від батьків. Дитина росте й розвивається, а отже змінюється її ставлення до предметів, самих батьків і їхніх вимог та правил.

Третій рік життя називають критичним через системні зміни у психіці дитини, новий етап у формуванні її особистості, а не через зростлу вередливість, що найбільше дратує батьків. Зміни в поведінці дитини є лише зовнішнім проявом глибинних перетворень. Для того щоб поведінка малюка не сердила й не дратувала батьків, насамперед вони мають розуміти ті зміни, які з ним відбуваються, і приймати їх як обов'язкову умову його зростання.

Кризовий період засвідчує один із важливих моментів розвитку дитини раннього віку — усвідомлення себе як окремої істоти, яка має власні бажання, що не завжди збігаються з бажаннями інших. Це спричиняє появу нового ставлення дитини до дорослих і до самої себе, яке полягає у тому, що дитина:

- порівнює себе з дорослими;
- прагне наслідувати дорослих у поведінці, діях;
- намагається реалізувати прагнення «бути дорослим»;
- демонструє свою самостійність і незалежність;
- протиставляє власні бажання вимогам дорослого.

Науковці переконують, що вікові кризи є невіддільною складовою психологічного розвитку малюка і є абсолютно нормальним явищем. І це дійсно так. Здебільшого батьки, а подекуди й педагоги, просто не розрізняють поняття «вікова криза», або «криза вікового розвитку», та власне «кризові прояви» вікового розвитку.

Вікові кризи — це особливі, відносно нетривалі періоди розвитку людини. Для них характерні різкі психологічні зміни. Вікові кризи є нормативним процесом, що необхідний для нормального поступального руху особистісного розвитку. Вікові кризи пов'язані з системними якісними перетвореннями

діяльній, соціальній та особистій сфер. Вікові кризи виникають на зламі вікових періодів та є свідченням переходу дитини від одного вікового періоду до іншого.

Якщо вікова криза є нормальним і обов'язковим явищем у розвитку кожної дитини, то її негативні прояви, а надто їх інтенсивність є явищем індивідуальним, яке залежить від індивідуально-типологічних особливостей дитини, соціальних умов та особливостей виховання в сім'ї тощо. Саме специфіка цих чинників, і особливо їх поєднання, може загострювати спілкування між батьками та дітьми в цей період і зробити кризу критичною. Тому маємо надзвичайно широку палітру проживання дитиною, зокрема, кризи трьох років: від майже безболісного до патологічного.

ВИНИКНЕННЯ КРИЗИ ТРЬОХ РОКІВ ТА ЇЇ ПЕРЕБІГ

Хоча назва кризового періоду вказує на конкретний вік — криза трьох років — термін її виникнення, як і перебіг, є суто індивідуальними. Інколи симптоми кризи проявляються десь після двох років, а легковажне ставлення до фахових термінів в інтернет-просторі призвело до того, що тут можна зустріти і «кризу двох років», і «кризу трьох років». Зважаючи на індивідуальність розвитку кожної дитини, маємо зазначити, що криза трьох років може проявитися як у два з половиною роки, так і після трьох. А її завершення засвідчить перехід від раннього дитинства до дошкільного, що також відбувається за індивідуальним сценарієм розвитку, а не одночасно із задмухуванням свічок.

Суть кризи трьох років полягає у психологічній емансипації дитини від дорослого. На певному етапі розвитку дитина відкриває для себе, що вона є джерелом своєї волі і починає випробовувати межі своєї незалежності й самостійності. У такий спосіб дитина усвідомлює себе самостійною особистістю, яка має власні бажання, а отже, і прагнення їх відстояти. Різка зміна поведінки дитини викликає у батьків різну реакцію: від легкого здивування до категоричного несприйняття. І саме батьківське заперечення проявів дитячої самостійності спричинює появу негативних симптомів у поведінці малюка.

Для того щоб зрозуміти поведінку дитини, батькам і педагогам варто знати особливості прояву симптомів кризи.

СИМПТОМИ КРИЗИ

Негативізм — прагнення постійно перечити дорослим. Дитина говорить «ні» навіть у тому випадку, коли насправді воліла б сказати «так», бо вказівки йдуть від дорослих: малюку ж украй важливо утвердитися у власній думці, довести ІНШИМ, що він може мати самостійну позицію, відмінну від позиції дорослого.

Упертість — прагнення завжди відстоювати свою вимогу. Досить часто дитина при цьому заганяє себе в пастку: вона рада була б відмовитися від початкової позиції, але не може — просто тому, що має наполягти на своєму за всяку ціну.

Норовливість — заперечення тих норм і правил, які були встановлені раніше й до яких дитина начебто вже звикла за перші роки свого життя. Вона руйнує бар'єри — пручається, перевіряє на міцність будь-яке з існуючих правил. Цим і пояснюються такі поширені проблеми цього віку, як раптові порушення режиму — відмова спати у звичний час, відмова від їжі, яку раніше їла із задоволенням тощо.

Свавілля — прагнення дитини все робити самостійно, саме те наріжне «Я сам!». Прояв ініціативи власної дії, що не відповідає її можливостям і спричиняє додаткові конфлікти з дорослими.

Протест-бунт — дитина знаходиться у стані безперервної війни з оточенням, насамперед із батьками.

Знецінювання — дитина, ще вчора така ласкава й ніжна, раптом починає лаятися, обзиватися, піддавати сумніву слова дорослого і його авторитет.

Деспотизм — дитина не лише наполягає на тому, що все робитиме сама, а й намагається і дорослих змусити «танцювати під свою дудку». Для багатьох батьків це виявляється справжнім шоком: рідне маля командує, вимагає, наполягає!

Причини негативних проявів кризи та їх наслідки

Причинами виникнення негативізму, впертості, свавілля та інших симптомів кризи у поведінці дитини — власне негативних проявів — здебільшого є:

- обмеження самостійності й особистої ініціативи дитини;
- часте й неадекватне застосування заборон і покарань;
- гіперопіка у вихованні;
- неузгодженість та непослідовність у вимогах близьких дорослих.

Разом із неадекватною поведінкою дорослих причиною, що значно загострює стосунки між дитиною і батьками, постає дитяча допитливість. На третьому році життя дитина починає активно задовольняти пізнавальну потребу. Її прагнення все робити самостійно виявляється у тій-таки ключовій фразі «Я сам!». Але прояв ініціативи може викликати конфлікти з дорослими, оскільки активність найчастіше не збігається з фізичними можливостями дитини. Тож дорослімають враховувати те, що дитина саме випробовує свої сили, перевіряє можливості. Вона стверджує себе, і це сприяє появі самолюбства — найважливішого стимулу до саморозвитку дитини.

Якщо батьки приймають зміни, які відбуваються з дитиною, забезпечують можливості для проявів її самостійної діяльності — вони задовольняють потреби розвитку дитини. І саме тому негативні симптоми є більш м'якими. Іноді криза трьох років може протікати без жодних явних негативних проявів. Думка про те, що це може якось негативно позначитися на психічному розвитку або становленні особистості, є помилковою. У кризі розвитку головне те, до чого вона призводить. Поява таких якостей, як **воля, самостійність, гордість за досягнення є ознакою адекватного розвитку особистості дитини** на цьому віковому етапі.

Якщо ж батьки всіляко наполягають на безумовному дотриманні існуючих правил і виконанні своїх вимог, то наражаються на затяте відстоювання дитиною себе і своєї незалежності. Тож у такому випадку інтенсивність негативних проявів кризи є високою. Головне завдання батьків — **не допустити закріплення в поведінці дитини крайніх форм негативних проявів кризи**. Так, упертість — це крайній ступінь вияву волі дитиною, а воля — якість, необхідна для її розвитку; вередливість — демонстрація власної значущості для інших, відчуття свого Я; агресивність є крайньою

формою почуття самозахисту, а замкнутість — неадекватна форма вияву здорової обережності.

Будь-які зміни не виникають раптово. Їм передують поступові перетворення, певні особливості у поведінці дитини. Наближення періоду змін в особистісному розвитку дитини можна визначити за такими ознаками:

- проявляє інтерес до свого зображення у дзеркалі, на фотографіях — розглядає себе, називає частини обличчя, тіла, знає їх функції, виділяє особливості своєї зовнішності;
- говорить про себе і свої дії від першої особи, вживає слова — «я», «не я», «я буду», «я не буду», «я сам», «моє» тощо;
- прагне виділити «окрему територію», що належала б тільки їй (залізає в шафу чи великий ящик, будує свій «будинок» — огорожує частину кімнати всіма підручними предметами й там грається);
- проявляє інтерес до свого зовнішнього вигляду (любить надягати нові речі, стає перебірливою щодо одягу, намагається бути охайною];
- звертає увагу на оцінку своєї діяльності з боку дорослих, прагне отримати від них визнання своїх досягнень.

Наявність хоча б двох із перелічених ознак свідчить про початок самоусвідомлення дитини, а отже, батьки мають час для того, щоб переосмислити та перебудувати свої стосунки з нею.

За всяким негативним симптомом кризи «ховається позитивний зміст, що полягає зазвичай у переході до нової і вищої форми свідомості». Позитивними особистісними надбаннями дітей на цьому етапі розвитку є:

- становлення нового рівня самосвідомості;
- прагнення до самостійності;
- розвиток активності та вольових якостей;
- встановлення з дорослими нових і більш глибоких стосунків у спілкуванні, грі, пізнавальній і предметній діяльності, в яких великого значення набуває позитивна оцінка батьками особистих досягнень, успіхів дітей

«ЗРОЗУМІТИ ДИТИНУ»

пам'ятка для батьків, діти яких переживають кризу трьох років

Варто:

- підтримувати атмосферу любові, ласки, безпеки й забезпечувати захист;
- давати прості та чіткі інструкції, що ними дитина може керуватись;
- підтримувати і хвалити за досягнення;
- учити дитину основних правил безпеки;
- встановлювати розумні межі поведінки і стежити за їх виконанням;
- радіти розумовій активності та сприяти її проявам у дитини;
- приділяти дитині час і забезпечувати можливості для розвитку її мислення;
- пояснювати дитині, що для чого робити, як робити тощо;
- дозволяти дитині виражати як позитивні, так і негативні емоції;
- показати дитині різні способи вираження своїх почуттів;
- залишатися спокійним під час спалахів гніву дитини — не поступатися, але й не зловживати владою;
- називати почуття, що їх переживає дитина в конкретній ситуації, та озвучувати їй свої переживання;
- виражати своє невдоволення лише щодо вчинків дитини, а не до неї самої;
- утримуватися від суперечок про те, хто має рацію, а хто ні;
- ставитися до дитини, як до «чудової, надзвичайної трирічки».

Не варто:

- конкурувати за владу з трирічною дитиною;
- вважати, що хороші батьки — це ті, в яких дитина слухняна;
- пригнічувати дитячу активність і самостійність, карати за імпульсивність;
- ставитися до дитини, як до «жахливої трирічки»;
- відмовлятися встановлювати межі й вимоги до поведінки дитини;
- очікувати забагато від дитини, наче вона вже і справді доросла;
- гадати, що дитина гратиме з іншими дітьми раніше, ніж навчиться грати біля них;
- соромити та ігнорувати дитину.

