

Кризис трёх лет

Ваш чудесный малыш внезапно стал строптивым и упрямым, он может не слушаться и делает все прямо противоположно тому, что Вы сказали? Не спешите отчаиваться, этот период становления личности при переходе от раннего возраста к дошкольному.

Почему вообще наступает этот кризис? Если взглянуть на окружающий нас мир, то можно провести некую параллель с птенцами. В надежной скорлупе тепло и уютно, но приходит время, когда скорлупа трескается. И вот когда «скорлупка» раскалывается, Ваш малыш понимает, что он способен что-то сделать сам, что в некоторых вещах он уже может справиться и без мамы. Ребенок осознает себя самостоятельной личностью, начинает проявлять собственную волю.

Как можно помочь ребенку и себе в периоде кризиса 3 лет?

Итак, это случилось, у Вашего ребенка начались вспышки гнева, зачастую со слезами и истериками. Малыш выходит из себя, кричит, а Вы совсем растерялись? Просто будьте мудры и терпеливы, Вы ведь из вас двоих единственный взрослый. Не позволяйте себе срываться в ответ. Если ребенок видит, что вы спокойны, это поможет успокоиться и ему самому. В противном же случае, ребенок может решить, что утроить истерику – неплохой способ на Вас воздействовать.

Если малыш часто упрямится, не пытайтесь переломить его упрямство силой. Будьте хитрее, в конце концов, вы ведь старше и опытнее. Посмейтесь, обратите все в шутку, переключите внимание ребенка мягким юмором, примените какую-нибудь маленькую хитрость.

Самое главное, помните, что своим поведением ребенок проверяет Вас, пытается заново выстроить для себя какую-то систему восприятия окружающего мира. Если раньше ему было позволено практически все, то теперь что-то оказывается под запретом. К тому же, ребенок учится взаимодействовать с другими людьми, а Вы – самый близкий из них, поэтому именно на Вас ребенок учится отстаивать свою независимость, показывать свою натуру. Помните, что малыш проверяет Ваш характер не потому, что ищет в нем слабые места, а потому что для закрепления системы ему нужно несколько раз проверить, что в действительности можно, а что нельзя.

Ребенка внезапно начинают ругать за разбитую чашку, испачканную одежду, какие-то другие проступки. И малыш постепенно начинает думать, что вы его не любите. Дело в том, что в этом возрасте ребенок не может самостоятельно разграничить Ваше отношение к каким-то конкретным поступкам и общее отношение к нему. Чаще хвалите ребенка, показывайте свою любовь к нему, объясняйте мягко, в чем он неправ и почему это плохо. Ни в коем случае не срывайтесь, не

закрепляйте у ребенка комплекс вины. Помните – Ваш ребенок отнюдь не плохой, он просто не умеет себя вести верно в каких-то ситуациях и еще не понимает некоторых вещей.

Помните, что не бывает идеальных людей, а уж тем более, не ожидайте от Вашего малыша того, что он не будет ошибаться. Позвольте ему иногда падать, в переносном смысле, разумеется. Несколько ошибок, сделанных при Вас и разъясненных ребенку, могут спасти его от более серьезных ошибок в будущем. Да и к тому же, на чем-то ведь вы собираетесь учить Вашего малыша?

Не ставьте ему общих оценок. Одно Ваше в сердцах брошенное «растяпа» может очень больно ранить ребенка и заложить основу для дальнейших психологических проблем. Избегайте категорических суждений, поддерживайте в ребенке уверенность в том, что он сможет сделать все, показывайте ему, сопровождая фразой: «Ты молодец, у тебя почти получилось, давай, я помогу тебе и мы сделаем все вместе правильно»

Не сравнивайте достижения и поступки Вашего ребенка с поступками и достижениями других детей. В этом возрасте у малыша еще нет чувства здорового соперничества, а вот внушить недобрые чувства к тому, с кем Вы сравниваете, Вы можете вполне. Лучше приводите в пример малышу его же самого, к примеру: «А вот сегодня у тебя получился цветочек лучше, чем вчера». Это закрепит у ребенка желание развиваться дальше. Помните, что, несмотря на родительскую похвалу всегда нужна малышу.

В этом возрасте ребенок уже хочет самостоятельности. Позвольте ему что-нибудь делать самому, например, поливать какой-нибудь цветок или приносить столовые приборы к трапезе. И даже если цветок увял от чрезмерного полива, а к супу ребенок принес вилку, важно то, что вы позволили ему делать это самостоятельно.

Не смейтесь над вкусом ребенка, если он хочет надеть синие штаны, красную футболку и желтую панаму – для малыша будет очень важно, что родители одобряют его выбор, а привитие вкуса произойдет постепенно. Давайте ребенку выбор. Спрашивайте, что он хочет съесть, почитать, какие игрушки он хочет взять на прогулку. Пускай малыш учится принимать самостоятельные решения.

Ваш малыш все-таки ребенок, а дети любят играть. Более того, игра сейчас становится главной деятельностью малыша, его ведущей линией развития. Зачастую вы можете узнать о Вашем малыше что-нибудь интересное, если понаблюдаете за ним именно во время игры. Попросите, например, ребенка, чтобы он накормил медвежонка супом, скажите, что мишка есть суп не хочет... Или, если ребенок сам

не желает есть кашу, попросите его покормить игрушку, сказав, что кушать та согласна только по очереди с малышом.

Придумывайте ролевые игры, через них ребенок великолепно понимает многие вещи. Объясняйте ему правила вежливости, нормы поведения, учите вести себя за столом или в гостях, взяв в союзники его игрушки.

Кризис трех лет является очень важным периодом в развитии любого человека. Любите, играйте, беседуйте с ребенком, учитывая его потребности. Уважайте его личность и учите уважать других. Этим Вы поможете малышу быстрее и безболезненно перерасти свой кризис 3 лет.

И помните – *каждый из нас когда-то был точно таким же ребенком.*

Источник: Н.Л.Кряжева «Развитие эмоционального мира детей»