

Недригайлівський заклад дошкільної освіти ясла-садок комбінованого типу  
«Барвінок»  
Недригайлівської селищної ради  
Сумської області

ГРУПОВА КОНСУЛЬТАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ НА ТЕМУ:  
ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ КРИЗИ 3 РОКИ У ДИТИНИ

Вересень – 2023

Підготувала: практичний психолог, Сокрута А. М.

Мета: ознайомлення батьків з особливостями психологічного розвитку дітей віком 3 роки, розуміння і підтримка батьків під час кризи трьох років у їх дітей.

Завдання:

1. Пояснити батькам, що таке криза 3 роки і чому вона виникає.
2. Розглянути основні прояви кризи у дітей цього віку.
3. Надати поради щодо підтримки та взаємодії з дітьми під час кризи.
4. Відповісти на запитання батьків та вислухати їхні думки та переживання.

### Виклад основного матеріалу

Почнемо нашу групову консультацію. Основною темою сьогоднішнього заняття є криза 3 роки у дітей. Ця фаза в розвитку дитини може бути викликом для батьків, але важливо розуміти, що вона є нормальною частиною процесу зростання. Давайте розглянемо основні аспекти цієї кризи.

#### 1. Пояснення сутності кризи 3 роки:

Криза 3 роки, також відома як "старший ніж 2, але молодший ніж 4", є фазою в розвитку дитини, коли відбуваються значні зміни в її психологічному стані та поведінці. Діти цього віку стають більш самосвідомими, активно розвивають свою самостійність та намагаються з'ясувати своє місце в оточуючому світі. Важливо розуміти основні аспекти цієї кризи, щоб бути готовими впоратися з ними ефективно.

#### Бажання незалежності:

Для дитини віком 3 роки основним завданням є розширення її сфери впливу і контролю. Це проявляється в її бажанні робити багато речей самостійно. Вони можуть самі намагатися взувати взуття, вибирати одяг, а навіть намагатися готувати їжу (з допомогою дорослих, звісно). Ця ініціатива є добрим знаком, що дитина розвиває свою впевненість та навички, і батьки можуть підтримувати цей процес, надаючи їм можливість вибору в деяких справах.

### Негативізм:

Скажімо "Ні!" – ось улюблене слово багатьох трьохрічних дітей. Це виражає їхнє бажання контролювати ситуацію та виражати власну думку. На перший погляд, це негативне явище, але насправді це прояв їхньої активної особистості та намагання визначити, що їм подобається або не подобається. Дорослі повинні розглядати негативізм як прояв індивідуальності та намагатися зрозуміти, що ховається за цим словом. Це може бути спробою виразити свої переживання, бажання належати та контролювати ситуацію.

### Тестування батьківства:

Дитина віком 3 роки починає тестувати межі і реакції батьків на свої дії. Вони можуть дізнаватися, як далеко можуть піти у вираженні своєї незалежності та тестувати реакцію батьків на їхні дії. Дорослі повинні намагатися зберігати спокій і визначати межі, які є безпечними і прийнятними для дитини.

### 2. Основні прояви кризи:

Звісно, давайте розглянемо основні прояви кризи 3 роки більш докладно:

Індивідуальність і бажання вибору: У цьому віці діти починають розвивати власну ідентичність і особисту сферу. Вони бажають обирати власний одяг і іграшки. Наприклад, дитина може відмовитися одягати певну сорочку, бо вона не сподобалася. Це важливий крок у формуванні їхньої самосвідомості та визначенні власних смаків.

Самостійність в діях: Криза 3 роки супроводжується бажанням дитини більше робити самостійно. Вони можуть намагатися чистити зуби, одягатися, а навіть намагатися взяти на себе деякі обов'язки вдома. Це позитивний сигнал, що вони навчаються незалежності та самостійності.

Термінова вимога уваги: Діти в цьому віці можуть стати дуже вимогливими до уваги батьків. Вони можуть нагадувати про свою присутність, часто залишати завдання напівдоробленими і чекати на похвалу

або підтримку від дорослих. Це дитячий спосіб залучити увагу та відчуття важливості в їхньому житті.

Вплив на взаємини з оточуючими: Криза 3 роки також може впливати на взаємини дитини з братами і сестрами, іншими дітьми та однолітками. Вони навчаються виявляти свої погляди та бажання, і це може призвести до конфліктів або, навпаки, бути стимулом для розвитку соціальних навичок.

Ці прояви кризи є важливими у розвитку дитини. Хоча вони можуть бути викликом для батьків, розуміння цих змін у поведінці дитини допомагає підтримати їх в цьому важливому етапі саморозвитку.

### 3. Поради для батьків:

Терпимість: Будьте терпимими до незалежних спроб дитини із справами.

Чіткість та структура: Встановлюйте правила та розклад дня, що надає чіткість та безпеку.

Дозвіл на вибір: Дайте дитині обирати певні речі, наприклад, одяг чи їжу.

Спілкування: Будьте готові слухати дитину та висловлювати свої почуття.

Надання підтримки та похвали: Важливо надихати дитину на самостійність, похвалюючи її зусилля та досягнення. Заохочуйте її, коли вона намагається робити речі самостійно.

Розвивайте навички вирішення проблем: Навчіть дитину вирішувати прості завдання та проблеми самостійно. Це допоможе їй розвивати навички самодисципліни та впевненості.

Підтримка розвитку комунікативних навичок: Розмовляйте з дитиною, слухайте її і розумійте її почуття. Заохочуйте її висловлювати свої думки та почуття, щоб вона навчилася ефективно спілкуватися з оточуючими.

Позитивне середовище: Створіть позитивне та дружнє середовище вдома. Дитина повинна відчувати, що її родина підтримує та любить, незалежно від її вчинків.

Уникнення стримування: Спробуйте уникнути надмірного стримування дитини. Дозвольте їй виразити свою індивідуальність та власний голос.

Самопідтримка батьків: Пам'ятайте, що криза 3 роки також може бути викликом для батьків. Звертайте увагу на власний стан емоційного благополуччя та намагайтеся знайти підтримку в родині або серед оточуючих.

Ці поради допоможуть вам краще розуміти та підтримувати свою дитину під час кризи 3 роки. Не забувайте, що ця фаза є нормальною частиною розвитку, і ваша підтримка є важливою для психологічного комфорту та розвитку вашої дитини.

#### 4. Заключні коментарі та запитання:

Пам'ятайте, що ця криза є перехідною фазою у розвитку вашої дитини. Хоча вона може бути викликом для батьків, вона також надає неймовірну можливість для особистісного зростання дитини. Підтримка, терпимість та взаємодія з вашою дитиною під час цього періоду допоможуть їй стати самостійною та впевненою особистістю.

Дякуємо вам за участь у цій груповій консультації. Будьте відкритими для запитань та обговорення, і разом ми зможемо пройти цей етап розвитку вашої дитини з успіхом.

#### Список використаної літератури

1. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навч. посіб. 5-те вид., перер., доповн. Київ : Академія, 2021. 376 с.
2. Вікова психологія : навч. посіб. Чернігів : ЧНПУ ім. Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с.
3. Криза трьох років – особливості, прояви, поради батькам. *Ukr.Media* : веб-сайт. URL : <https://ukr.media> (дата звернення : 04.10.2023).