Семинар-практикум педагога-психолога для родителей:
«В царстве упрямства и капризов» или «Как преодолеть кризис 3-х лет?»

Цель семинара-практикума: познакомить родителей с психологическими особенностями ребёнка 3 лет; актуализировать проблемы воспитания и развития ребёнка 3-летнего возраста и найти пути их решения; повысить педагогическую культуру родителей.
Участники: педагог-психолог, родители.

Ход семинара-практикума:
Упражнение на знакомство и приветствие.
Психолог встречает родителей в музыкальном зале, приглашая их сесть на стулья, расставленные по кругу.
Психолог предлагает всем познакомиться и сделать это следующим образом: родители и педагоги оформляют карточки — визитки, где указывают своё имя, рассказывают, что-то о себе и о том чего они ждут от посещения занятия.

Знакомство с правилами работы в группе.

ПРАВИЛА:

- Доверительный стиль общения. Рассказывая другим о себе, мы надеемся на взаимность.
- Искренность в общении. Если нет желания высказаться искренне и откровенно, то лучше промолчать.
- Конфиденциальность. Каждый должен быть уверен в том, что его личные откровения останутся в группе.
- Недопустимость непосредственных оценок человека. При обсуждении происходящего оценивают не участника, а только его действие и поведение.
- Внимательно слушать говорящего, не перебивать его, задавать вопросы только после того, как он закончил говорить.
- Использовать в речи только я — высказывания.

Упражнение «Что в имени моём».
Цель: выделение качеств личности, необходимых взрослому для успешного воспитания ребёнка в период кризиса 3-х лет.
Описание упражнения: Психолог предлагает родителям расшифровать слово «РОДИТЕЛЬ». Начиная с буквы «Р», участникам необходима назвать слова, обозначающие черты характера родителей. Все предложенные варианты ответов психолог записывает на доске. Затем после выступления психолога на тему: «Кризис трёх лет», родителям предлагается из всего перечисленного выбрать те качества, которые очень важны родителям в воспитании ребёнка в период кризиса 3-х лет.

Выступление психолога: «Кризис 3-х лет».
Третий год жизни ребёнка… Кажется, самое трудное позади, ребёнок повзрослел, стал более самостоятельным, однако многие родители и не догадываются, что конец раннего возраста – один из труднейших периодов в жизни ребёнка, и взрослого. Ребёнок всё чаще говорит: «Я сам», «Я хочу» и т.п., всё чаще закатывает истерики, устраивает бунт против окружающих, пытается добиться своего любыми способами. Такое поведение зачастую огорчает, беспокоит и ставит в тупик даже самых заботливых родителей. «Что происходит с ребёнком? Неужели мы его плохо воспитываем? Как заставить его быть послушным?» — именно эти вопросы всё чаще и чаще задают себе родители, когда ребёнок достигает трёх летнего возраста. Так как далеко не каждый родитель знает, что кризис трёх лет – это не просто возрастной этап, а этап, на котором происходит становление новых качеств, перестройка личности ребёнка. И от того, насколько безболезненно он пройдёт, зависит дальнейшее эмоционально-личностное развитие малыша.
В это время происходит очень важный для ребёнка психический процесс- это первое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отделиться от матери, научиться

делать самому и как-то решать свои проблемы. Кризис 3 лет называют «Семизвездием симптомов».

Симптомы кризиса 3 лет

1.НЕГАТИВИЗМ. Ребёнок негативно реагирует не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требования или просьбу взрослого. Он не делает что-то только потому, что это предложил ему определённый взрослый человек. Негативизм избирателен: ребёнок игнорирует требования одного члена семьи, а с другими достаточно послушен. Главный мотив- сделать наоборот. Негативизм – кризисное явление, которое должно исчезнуть со временем.

2. УПРЯМСТВО. Это реакция ребёнка, который настаивает на чём-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались.

3. СТРОПТИВОСТЬ. Она направлена не против конкретного взрослого, а против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых в семье норм воспитания. Ребёнок стремится настоять на своих желаниях и недоволен всем, что ему предлагают и делают другие. Ребёнок всё хочет сделать и решить сам. Это положительное явление, но во время кризиса трёх лет усиленная тенденция к самостоятельности приводит к своеволию, она часто не соответствует возможностям ребёнка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.

4. СВОЕВОЛИЕ. Это когда ребёнок всё хочет делать сам.

5. БУНТ ПРОТИВ ОКРУЖАЮЩИХ. Ребёнок ссорится со всеми, ведет себя агрессивно.

6. ОБЕСЦЕНИВАНИЕ. В глазах ребёнка обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого раньше. Трёхлетний ребёнок может ругаться, отбросить или сломать любую игрушку и т.п.

7. В семьях с одним ребёнком встречается **СТРЕМЛЕНИЕ К ДЕСПОТИЧНОМУ ПОДАВЛЕНИЮ ОКРУЖАЮЩИХ.** Вся семья должна удовлетворять любое желание маленького тирана, в противном случае её ждут истерики. Если в семье несколько детей, этот симптом проявляется в ревности, агрессии, в требовании постоянного внимания к себе.

Все эти явления свидетельствуют о том, что у ребёнка изменяется отношение к другим людям и самому себе.

Некоторые особенности проявления кризиса 3-х лет

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 мес.
- Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5 – 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная.
- Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.
- Девочки капризничают чаще мальчиков.
- В кризисный период приступы упрямства случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых — до 19!
- Если дети по достижении 4 лет продолжают часто упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего, речь идёт о «фиксированном» упрямстве, истеричности как удобных способах манипулирования родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.

Решение педагогических ситуаций

Родители делятся на 3 группы. Каждой группе родителей предлагается карточка с описанием какой-то проблемной ситуации и каждая группа вырабатывает три способа (стратегический, тактический и фантастический) решения данной проблемы.

Варианты проблемных ситуаций: «Что делать, если…»

1) Вы с ребёнком находитесь в переполненном транспорте, не имеете возможности посадить его, держите в руках тяжёлую сумку, а в это время ваш малыш начинает кричать и плакать…»

2) Вы моете посуду, ребёнок упорно настаивает: «Я сам», а вы заранее знаете, что он сделает это не качественно, да и в добавок ко всему может её разбить…

3) Войдя в комнату, вы видите, что все игрушки, которыми играл ребёнок, разбросаны на полу, уговоры собрать не действуют. Вы чувствуете, как усиливается ваше недовольство, напряжение….

4) Вы находитесь в магазине, вашему ребёнку захотелось игрушку, но она очень дорогая, тогда ребёнок падает на пол и начинает плакать, бить руками и ногами….

Практические советы.

«Многих родителей мучает вопрос: может ли родитель, действуя грамотно, смягчить проявление кризиса? Как помочь ребёнку выйти из него, не вынося в душе негативные качества: ведь упрямство – это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребёнка качества; капризность – демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я».

Как вести себя родителям в период кризиса 3-х лет.

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности.
- Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.
- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
- Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно. Ругать не имеет смысла, шлепки ещё сильнее взбудоражат.
- Будьте в поведении с ребёнком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.
- Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребёнка протекает в общественном месте.
- Чаще всего помогает одно – взять его за руки и увести.
- Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних.

Упражнение «Рисуем чувства»

Родителям предлагается в течение 8-10 минут рисовать на тему «Что я чувствую, когда мой ребёнок упрямится, капризничает, закатывает истерики?», а потом дать пояснение к своему рисунку и рассказать о тех чувствах, которые там изображены.

В конце психолог подводит итог.

Самооценка участников в занятии.

Каждому родителю необходимо продолжить фразу: «Сегодня я поняла…., узнала…., вспомнила…, уточнила…. ».

Заключительный этап.

От участника к участнику передаётся клубочек. Когда он находится в чьих-то руках, то это человек делится своими чувствами, мыслями, впечатлениями, высказывает свои пожелания.

В конце семинара-практикума родителям выдаются памятки.

Список используемой литературы:

1. Система сопровождения родителей: модель организации клуба «Молодая семья», план-программа, занятия / авт. сост. М.В. Тимофеева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 103 с.
2. От года до трёх… [Текст] / Л. Лавлинская // Обруч.- 2008. — № 1

Родительское собрание: «Что такое детские капризы?»

Цель: повысить уровень информированности родителей о детских капризах.

Здравствуйте дорогие родители!

Наверняка каждый родитель сталкивался с детскими капризами в магазине, на улице, дома и т.д. И очень часто родители теряются как себя вести, если это произошло в общественном месте. И часто задают себе вопрос: «Почему он у меня такой капризный?»

Детские капризы – это послания ребенка. Послания маленькой личности окружающим её людям, миру. Не учитывать этого при общении с ребенком, значит игнорировать значительную часть его действительных потребностей. Как же читать эти послания?

Ответим на вопрос почему же дети капризничают?

1. Первый пункт подскажет нам все та же народная мудрость.

Причиной детской капризности может быть хроническое или только начинающееся соматическое заболевание. Если ребенок испытывает физическую боль, если ему душно, жарко, если его тошнит или бьет озноб, он, может быть, и не сумеет сказать об этом словами (особенно если речь идет о ребенке до трёх лет), но будет демонстрировать испытываемый им дискомфорт в виде изменений поведения. Это будет поведение протестное или непоследовательное, эмоционально противоречивое или заторможенное.

Всегда, когда ребенок начал капризничать неожиданно или на ровном месте, в ближайшие часы следует внимательно проследить за состоянием его здоровья.

Если ребенок болен хронически и часто испытывает физический дискомфорт, то во избежание развития патологий характера следует компенсировать это большим (по сравнении с обычным ребенком) количеством впечатлений позитивного, развлекательного характера. С таким ребенком надо больше разговаривать, играть, показывать и объяснять ему доступные его возрасту картинки, книги и фильмы.

2. Очень часто основной причиной детской капризности бывают и различные виды нарушений воспитания в семье.

В этом случае послание ребенка может быть прочитано так: «Со мной нужно обращаться по-другому!»

Наиболее распространенными типами нарушения воспитания дошкольников являются гиперпротективный (вседозволяющий) и гипопротективный (запретительный). Особенно гибельным для детской уравновешанности является сочетание обоих нарушений (например, родители воспитывают в строгости, а бабушка – позволяет абсолютно всё).

Гиперпротекция приводит к тому, что ребенок практически не знает слова “нельзя”. Любое запрещение вызывает у него буйный и продолжительный протест. Настойчивые попытки ввести такого ребенка “в рамки” приводят к припадкам, напоминающим истерические (синеют губы, дыхание становится прерывистым, движения теряют скоординированность). Зачастую родители пугаются столь грозных проявлений и отказываются от своих попыток, чем ещё больше усугубляют ситуацию.

Гипопротекция в своей крайней форме ведет к истощению адаптационных резервов. Ребенок, которому все запрещают, сначала пытается соблюсти все запреты и угодить родителям, но вскоре начинает чувствовать, что “так жить нельзя”. И тогда с другой стороны, но мы приходим все к тому же протестному, капризному поведению, которое ещё больше раздражает родителей. Родители запрещают ребенку капризничать, он протестует – и этот замкнутый круг может вертеться годами.

Нарушением воспитания может быть и различная воспитательная ориентация членов семьи, ухаживающих за ребенком. Например, гиперпротективная мама и гипопротективный папа.

3. Иногда капризы ребенка являются симптомами внутрисемейной дисгармонии.

В этом случае при анализе ситуации ни гипо- ни гиперпротекции выявить не удается, ребенка вроде бы воспитывают правильно, иногда даже «по науке», но отношения внутри семьи до крайности напряжены. Например, свекровь не ладит с молодой невесткой и всячески стремится доказать и показать её «никудышность». Или молодой отец после рождения ребенка не против погулять, а жена не спит ночами, потихоньку плачет и проверяет карманы его

куртки в поисках доказательств супружеской неверности. Здесь капризы – послания ребенка, переводятся однозначно: «Я не хочу, чтобы значимые для меня люди ссорились между собой!»
В этом нет никакого врожденного миролюбия или, тем более, альтруизма со стороны ребенка. Просто та душевная энергия, которая по праву должна была принадлежать ему, тратится взрослыми на выяснение отношений между собой или, наоборот, на сохранение « хорошей мины при плохой игре». И ребенок этим, естественно, не доволен. И также естественно демонстрирует это недовольство окружающим. Именно такие дети часто и на первый взгляд необъяснимо перестают капризничать, когда свекровь уезжает на дачу (“Да она же к нему почти не подходила!”) или когда отец отправляется в длительную командировку (“ Он же любит папу, я знаю, он всегда по нему скучает!”). В действительности дети в этом случае реагируют не на само отсутствие члена семьи (иногда искренне любимого), а на приостановку явных или скрытых военных действий.
4. Иногда за капризы принимают что-то другое. Например, вполне закономерное исследование реакций родителей, которое ребенок предпринимает обычно на третьем году жизни: «Нельзя сюда ходить? А я пойду…И что она сделает? кричит… А я опять пойду. И что тогда будет? Ага, тащит. А я вырвусь и опять пойду… Ой-ей-ей! Кажется хватит…»
И так по много раз на дню, по самым разным поводам. Ужасно утомительно. Но это не капризы. Это – исследование. И если вы будете достаточно тверды и последовательны, то довольно быстро (у разных детей уходит на это от нескольких месяцев до двух лет) ребенок освоится со всем многообразием ваших реакций, и будет достаточно четко представлять, что можно, а что нельзя себе позволить в общении с мамой, с папой, с бабушкой…
Классической, многократно описанной в литературе подменой является игнорирование родителями требований ребенка по предоставлению личной самостоятельности. Классическое “Я сам!”. Не умеет чисто есть, но тянется к ложке. Пытается сам завязать шнурки, потом всей семьей полчаса распутываем. Упорно надевает штаны задом наперед и так порывается идти в садик. При попытке исправить ситуацию – злится, кричит. Это тоже не капризы. В этих случаях имеет смысл сначала похвалить ребенка за стремление к самостоятельности и отметить его очевидные достижения, а потом сообщить, что для завершения ситуации и для придания ей большей гармоничности необходимо сделать ещё то-то и то-то. Как правило, дети в этом возрасте требуют именно признания их попыток, ибо о какой-то реальной автономии говорить ещё рано, и они на самом-то деле прекрасно это понимают.

Что делать родителям, когда ребенок капризничает?

Попытайтесь как можно точнее прочитать и проанализировать послание ребенка, которое заложено в его сиюминутно или долгоиграющей капризности.
Постарайтесь не относиться к капризам ребенка как к очередной попытке помучить вас. Представьте себе инопланетянина, который плохо владеет земным языком и пытается донести что-то до вашего сознания. Помните, что положение ребенка осложняется ещё и тем, что у него в отличие от инопланетянина, нет “родного языка”, которым он владел бы совершенно свободно. Прочитав послание внятно сообщите ребенку, как именно вы его поняли, и что собираетесь предпринять по этому поводу.
Если ничего не собираетесь предпринимать, то об этом тоже обязательно сообщите и разъясните причину. Например: “Я отлично понимаю, что ты устал, и очень сочувствую тебе. Но до остановки идти ещё два квартала, а коляски у нас нет. Так что придется идти как шли. Я совершенно уверена в том, что ты сможешь дойти.”
Если ребенок, прервав нытьё, захочет поправить вас или внести какие-то дополнения, внимательно выслушайте его и обязательно похвалите за проявленный конструктивизм. Например: “Молодец, что объяснил. Сейчас мне стало гораздо яснее, что именно тебя беспокоит. Теперь нам будет легче справиться с этим”. Никогда не возражайте ребенку, если он говорит о своем состоянии. Он лучше знает, что именно он испытывает. Не подменяйте его собственную чувствительность своей. В дальнейшем это может привести к очень неприятным последствиям, когда уже подросший ребенок будет ориентироваться на родителей или сверстников в поисках ответа на вопрос “что я сейчас чувствую?”. Сами понимаете, что полученный ответ не будет иметь никакого отношения к подлинным чувствам ребенка.

Распространенной ошибкой родителей является и подбор вариантов для капризничающего ребенка, когда ему только в буквальном смысле ткнуть пальцем в понравившийся пункт списка:

— Ванечка, ты что, устал? А может у тебя головка болит? А может, животик? А может, тебя бабушка обидела? Обидела тебя бабушка, да? Или ты печенинку хочешь?

Понятно, что и в этом случае речь будет идти не о действительном послании ребенка, а о наиболее выгодном предложении.

Итак, проанализировав ситуацию, в утвердительном тоне сообщите плод ваших размышлений и дайте ему возможность согласиться с вами или возразить вам.

Учите ребенка выражать свои чувства словами, а не капризами.

Для этого есть один единственный способ – родители сами должны говорить о своих чувствах в присутствии ребенка. Уже трехлетний ребенок, приученный прислушиваться к себе и не встречающий возражений в описании своих чувств, вполне может сказать:

— Я сейчас злой! я сейчас ужасно злой! Меня кошка разозлила, потому что я хотел поиграть, а она царапается. Вы от меня сейчас все отойдите, я буду на кухне злиться. А потом приду, и вы меня пожалеете (прямая речь подлинная, записана одной внимательной мамой со слов своего трехлетнего сына).

Для профилактики детских капризов и борьбы с уже развывшейся эмоциональной неустойчивостью большое значение имеет единая воспитательная позиция всех членов семьи, принимающих участие в уходе за ребенком.

И в строгих, и в демократических семьях дети достаточно легко приспосабливаются к существующим правилам, если эти правила едины и поддерживаются всеми членами семьи. И там, где никто не смеет взять ложку, пока не начал есть дедушка, и там, где все в любое время едят руками из большой кастрюли, которая всегда стоит на плите, вполне может вырасти спокойный эмоционально устойчивый ребенок.

Но если мама что-то разрешает, а папа это же самое запрещает категорически, а у бабушки все зависит от настроения, а у дедушки – от состояния здоровья , а у дяди – от отметок, которые ребенок получил в школе… И всё это относится к чему-нибудь одному, например к тому, можно ли прыгать на диване… Именно против такого “плюрализма” часто, капризничая, протестуют дети. В семье, где много народа и несколько воспитательных позиций, имеет смысл устроить своеобразный “круглый стол”, на котором путем компромиссов вырабатывается единый стиль воспитания и раз и навсегда решается, можно ли прыгать на диване, есть сардельки руками и пинать кошку. Иногда, во избежание дальнейших разночтений, на основе достигнутых соглашений имеет смысл даже составить итоговый письменный документ, в котором любой желающий сможет при необходимости уточнить, как же поступать в том или ином случае.

Крайне необходима последовательность в утверждениях и требованиях, предъявляемых ребенку одним и тем же членом семьи.

Как бы ни менялось у вас настроение и обстоятельства, но, если уж вы что-то запретили маленькому ребенку, то пусть будет «нельзя». Если уж позволили, то до конца вытерпите все последствия.

Если вы сказали при выходе на прогулку, что сегодня ничего не будете покупать в магазине, то придерживайтесь этой позиции. Не смотря на все капризы. Единственная ваша уступка – это тоже послание. От вас к ребенку. И текст этого послания таков: «Иногда, при каких-то (не совсем ясных) обстоятельствах капризами от меня можно добиться того, чего ты хочешь”. Получив такое послание, ребенок неизбежно будет пытаться. А упорства ему не занимать.