

## Кризис 3-х лет: что это?

педагог-психолог Лысуха Ю.С.



**Под кризисом 3 лет у детей понимается** - резкая, кардинальная перестройка сложившихся механизмов личности и становление новых черт личности и сознания ребёнка, а также новый переход к новому типу взаимоотношений с окружающим миром.

### **Проявление кризиса 3-х лет у детей**

у ребенка появляется чувство собственности, склонность к жадности, ревности;

малыш становится упрямым;

ребенок не делает того, о чем его попросили, делает все наоборот, даже в ущерб своим интересам;

ребенок может ссориться с окружающими людьми, вести себя агрессивно, кусаться, драться;

в этот период у детей часты слезы и истерика, если взрослые не удовлетворили желания ребёнка;

малыш требует от взрослых постоянного внимания к себе;

все хочет делать сам, а еще не умеет;

ребенок пытается подстроить под себя взрослых. Он пытается указывать кому, где и что нужно делать.

### **Почему так происходит?**

Основная причина - несоответствие социальных и бытовых обстоятельств изменившимся потребностям ребёнка. Он хочет быть взрослым, даже чувствует себя таким. Однако огромное количество ограничений, правил и требований со стороны родителей не дают ему проявлять самостоятельность в полной мере. Это вызывает внутренний протест, который и выливается в эмоционально-поведенческие отклонения, так пугающие родителей.

### **Родители часто интересуются, сколько длится кризис 3-х лет и когда в норме он должен закончиться?**

Во-первых, он может начаться и в 2,5 года, и в 3,5. Психологи утверждают, что чем раньше ребёнка отдают в детский сад, тем раньше наступает кризис. Главное, чтобы это произошло до 4 лет, - тогда можно говорить о норме психического развития.

Во-вторых, он может закончиться в течение 3 месяцев, а может длиться до одного года. Это зависит от устойчивости нервной системы, темперамента ребёнка, поведения родителей и психологической помощи со стороны.

В-третьих, короткий кризисный период сопровождается чаще всего яркими появлениями, а затяжной - более спокойными. Это норма. А вот если он продолжается более полугода и при этом ежегодно устраиваются неконтролируемые истерики, консультация психотерапевта обязательна.

### **Как вести себя родителям в этот период?**

Сохранять спокойствие. Быть терпеливыми.

В момент капризов переключать внимание на что-то другое, интересное: посмотреть любимый мультфильм, погулять, угостить конфетой. Использовать игровые приёмы.

Иногда предоставлять право выбора в незначительных бытовых ситуациях: какой мультфильм посмотреть, какую сказку почитать, какой сок выпить.

Анализировать поступки ребенка. Проговаривать с малышом, что он сделал не так и почему это плохо. Делать это здесь и сейчас, сразу после совершения поступка.

Придерживаться единого стиля воспитания. Если мама не разрешает есть шоколад перед обедом, а папа балует дочку и позволяет ей это сделать, негативизм будет проявлять себя максимально ярко.

Собственным примером показывать правильное поведение. Дети в 3 года склонны к слепому копированию. Вы ничего не добьётесь, если сами будете делать то, что им запрещаете. Проводите как можно больше времени вместе.

### **Как не надо вести себя родителям!**

Не надо настаивать на сиюминутном выполнении требования (просьбы). Лучше дать малышу остыть и спустя какое-то время повторить попытку.

Не надо поддаваться на манипулирование. Нельзя удовлетворять любую прихоть ребёнка только потому, что он закатывает истерики - просто не обращайтесь на них внимания.

Не надо вешать «ярлыки»: жадина, зануда, вредина.

Не надо физически наказывать.

Не надо кричать.

Не надо навязывать свою помощь.

Нельзя сравнивать ребёнка с другими детьми.

Не надо приказывать.

Не надо вступать в споры и пререкания.

Не надо использовать в беседе сложные термины и категории, которые не понятны ребёнку. Например, взывать к совести или чести.

И главное, помните, кризис 3-х лет - это не проблема, это естественный этап взросления вашего ребенка, в процессе которого он приобретает:

первичную самостоятельность;

адекватную самооценку;

способность самоанализа;

социальную адаптацию.

**Будьте внимательны к своим детям!**

**Будьте успешными родителями!**

