

«Психологічні особливості кризи трьох років»



Третій рік життя називають критичним через системні зміни у психіці дитини, новий етап у формуванні її особистості, а не через зрослу вередливість, що найбільше дратує батьків.

Криза 3 років – межа між раннім і дошкільним дитинством, це один із найскладніших моментів у житті дитини, це зруйнування, перегляд старої системи соціальних відношень, криза виокремлення свого «Я».

«Криза трьох років» - визначення умовне, оскільки часові межі кризи набагато ширші. У одних дітей вона може початися в два з половиною роки, а у інших – після трьох.

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, кризи трьох років: від майже безболісного до патологічного.

Кризу трьох років першою описала німецький психолог Хельза Келлер. Вона виділила 7 характеристик кризи трьох років.

1. **Негативізм.** При негативізмі вся поведінка дитини йде врозріз із тим, що пропонують дорослі. Головний мотив дії – зробити навпаки, прямо протилежне тому, що їй запропонували. При різкій формі негативізму справа доходить до того, що можна отримати протилежну відповідь на різну пропозицію, зроблену авторитетним тоном. Божович описує приклад негативізму: хлопчик вирішив малювати, але замість очікуваної відмови отримав згоду батьків. З одного боку, малювати йому хочеться, з іншого, ще більше хочеться зробити навпаки. Хлопчик знайшов вихід із складної

ситуації: розплакавшись, він почав вимагати, щоб малювати йому заборонили. Після виконання цієї вимоги він із задоволенням почав малювати.

2. **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 наполягати на своєму за всяку ціну. Впертість слід відрізнити від настійливості. Наприклад, якщо дитина хоче якусь річ, але не може одразу отримати її і домагається, щоб це було виконано, то це наполегливість. Упертість – така реакція дитини, коли вона настоює на чомусь не тому, що їй цього дуже хочеться, а тому, що дитина потребує, щоб було так, як хоче вона.

3. **Норовливість** – заперечення тих норм і правил, які були встановлені раніше і 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.

4. **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 дорослим.

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

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

7. **Деспотизм** – дитина не лише наполягає на тому, що все робитиме сама, а й намагається і дорослих змусити «танцювати під свою дудку». Дитина жорстоко проявляє свою владу над оточуючими її дорослими, диктує, що вона буде їсти, що не буде, може мама йти додому чи ні і таке інше.

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

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

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.

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.

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

- проявляє інтерес до свого зображення у дзеркалі, на фотографіях – розглядає себе, називає частини обличчя, тіла, знає свої 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.

Лев Виготський наголошував, що за всяким негативним симптомом кризи «ховається позитивний зміст, що полягає зазвичай у переході до нової і вищої форми свідомості». **Позитивним особистісним надбанням 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.

Криза 3 років необхідна. Вона – рушійна сила розвитку, своєрідний етап змін і провідної діяльності дитини. Батьки не повинні боятися її, оскільки це зовсім не негативний показник. Навпаки, яскравий прояв самоствердження вказує на те, що у психіці дитини відбулися всі вікові новоутворення для подальшого розвитку її особистості й адаптивних здібностей.

А зовнішня «безкризовість», яка створює ілюзію добробуту, може бути хибною, свідчити про те, що в розвитку дитини не відбулося відповідних вікових змін. Тому в цей період, необхідно дати дитині пройти цю кризу, етап становлення її як самостійного суб'єкта. Батькам не можна обмежувати в цей період прояву незалежності дитини, карати або висміювати всілякі спроби самостійності. Але це і не значить, що потрібно перейти у режим уседозволеності, така тактика і поведінка теж є неправильною. Криза затягається, якщо дорослий стоїть на позиції «хочу» (уседозволеність) або «не можна» (заборони). Потрібно знайти золоту середину між цими двома крайностями у взаєминах із дитиною.

Основне завдання батьків у цей період – пом'якшити прояв кризи, допомогти дитині вийти з неї без негативних рис: адже впертість – це найвищий ступінь виявлення волі, вередливість – демонстрування власної значущості для інших, відчуття свого «Я», егоїзм (у здоровому розумінні) – почуття власної гідності, агресивність – крайня форма самозахисту, замкненість – неадекватна форма прояву здорової обережності, тобто ці риси необхідні для виживання в суспільстві. Малюк мусить вийти із кризи з позитивними якостями. Головне завдання батьків і педагогів – не допустити закріплення її крайніх проявів, в чому можуть допомогти рекомендації.

Гра – це найдієвіший засіб пом'якшення негативних кризових проявів, адже в реальному житті дорослі не завжди можуть і не повинні задовольняти всі дитячі забаганки. А в грі дитина може сама «поїхати в гості до бабусі», «зварити кашу», «піти до крамниці». Отже, саме в грі якнайповніше реалізується її бажання бути самостійною, дорослою. Тут вона може здобувати знання, вправлятися у діях з предметами, вчитися спілкуватися, перебуваючи при цьому в безпеці.

Ігрова діяльність має визначальну роль у становленні особистості. Якщо батьки мріють, аби їхня дитина активно набувала досвіду, слід надати їй сферу діяльності, де вона могла б проявити свою самостійність. Такою сферою діяльності є гра. Гра, з її особливими правилами і нормами, що відображають соціальні зв'язки, є для дитини тим «безпечним островом», де

вона може розвивати і апробовувати свою незалежність, самостійність, як стверджував видатний психолог Ерік Еріксон. Саме гра найповніше задовольняє прагнення дитини бути, як дорослий.

Отже, криза трьох років – це не привід впадати у відчай і готуватися до найгіршого у стосунках з дитиною. Діти практично не виявляють негативних проявів під час кризи трьох років або ж легко і швидко долають їх, **якщо батьки з розумінням ставляться до їхніх потреб**. Окрім того, активне залучення дитини до ігрової діяльності та інформаційна підтримка батьків (Психолог розміщує пам'ятку «Зрозуміти дитину» у куточку для батьків) дадуть змогу відносно комфортно пройти з нею цей етап розвитку і стати свідками її особистісного зростання. Тож батькам слід набратися терпіння – і дитина порадує їх своїми перемогами.

Література:

1. Стреж Л. Сходинки адаптації дітей раннього віку. – К.: Шк. світ, 2009. – С.76 – 78
2. Яценко Т. Криза трьох років: зрозуміти, а не здолати //Практичний психолог: дитячий садок.- 2013. - № 1. – С. 37 - 45