

## **Кризис трёх лет и как его преодолеть.**

К трём годам родители начинают замечать серьёзные изменения в своём ребёнке, он становится капризным, упрямым, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озадаченности, растерянности некоторого раздражения.

Многие не знают, что в этот период происходит очень важный для ребёнка психический процесс: это первое яркое выражения собственного «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, научиться многое делать самому и как-то решать свои проблемы. Без психологического отделения от родителей ребёнку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных ситуациях.

Кризисы развития – это относительно короткие (от нескольких месяцев до года-двух) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена периодов: относительно длительных и спокойных – стабильных и более коротких, бурных – критических, т.е. кризисы – это переходы между стабильными периодами.

Взрослые способны понять, что с ними происходит, зная закономерности личностного развития. Для детей же собственное ближайшее прошлое и будущее непонятно. Современные семьи малочисленны, дети находятся в одновозрастных детских коллективах. Находясь среди взрослых и сверстников, ребёнок не чувствует и не видит, что с ним скоро будет, не понимает, что с ним происходит, не может оценить своё поведение, регулировать свои поступки и выражение эмоций.

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса, это вовсе не отрицательный показатель. Яркое проявление ребёнка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все

возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей.

Внешняя «бескризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманчивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребёнка не произошло соответствующих возрастных изменений.

Таким образом, не надо пугаться кризисных проявлений, опасны проблемы непонимания, возникающие в этот момент у родителей и педагогов.

Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявления кризиса?

Как помочь ребёнку выйти из него, не вынося в душе негативные качества?

Здесь важны следующие знания:

- упрямство – это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребёнка качества;
- капризность – демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я»;
- эгоизм – в здоровом виде чувство самости, собственное достоинство;
- агрессивность – крайняя форма чувства самозащиты;
- замкнутость- неадекватная форма проявления здоровой осторожности, т.е. необходимых для выживания в обществе качеств.

Ребёнок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств, главная задача родителей и педагогов – не допустить закрепления их крайних проявлений.

***Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности?***

- период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев;
- фаза эта заканчивается к 3,5-4 годам; случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная;
- пик упрямства приходится на 2,5-3 года жизни;
- мальчики упрямятся сильнее, чем девочки;
- девочки капризничают чаще, чем мальчики;
- в кризисный период приступы капризности и упрямства случаются по 5 раз в день, у некоторых – до 19 раз;

- если дети по достижении 4 лет всё ещё продолжают упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего, речь идёт о «фиксированном» упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат поддавшихся родителей нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.

### ***Что могут сделать родители?***

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.

Во время приступа оставайтесь рядом, дайте почувствовать, что вы его понимаете.

Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно, т.к. ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее взбудоражат.

Будьте настойчивы, если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ протекает в общественном месте. Возьмите за руку и уведите ребёнка.

Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних, ребёнку только этого и надо.

Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка!», «А что это там за окном ворона делает?» - подобные отвлекающие манёвры заинтригуют капризулю и он успокоится.

Искусству - ладить с ребёнком - необходимо учиться, а здесь вам помогут фантазия, юмор и игры.

**Подготовил:** воспитатель I кв. категории Сытник Г.Н.

**21.03.2019г**