

# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ

Консультация для родителей

Подготовила педагог-психолог Жданова С. А.

# Что такое возрастные кризисы?

**Возрастные кризисы** – это особые, относительно непродолжительные по времени (до года) возрастные периоды, характеризующиеся резкими психическими изменениями.

Возрастные кризисы возникают при переходе от одной возрастной ступени к другой, связаны с системными качественными изменениями в сфере социальных отношений человека, его деятельности и сознания.

# Что такое кризис трёх лет?

**Кризис трех лет**- резко возросшее к концу раннего возраста стремление к самостоятельности и независимости от взрослого как в действиях, так и в желаниях ребенка приводит к существенным осложнениям в отношениях ребенка и взрослого. Критическим этот возраст является потому, что на протяжении всего несколько месяцев существенно меняется поведение ребенка и его отношения с окружающими людьми. У ребенка появляется первое «Я». Любимое выражение малышей в этот период : «Я сам».

# Семь симптомов кризиса 3-х лет

- ▣ **негативизм.** Это не просто непослушание или нежелание выполнять указания взрослых, а стремление все делать наоборот, вопреки просьбам или требованиям старших. При негативизме ребенок не делает чего-то только потому, что его об этом попросили. При яркой форме негативизма ребенок отрицает все, что говорит ему взрослый. (Он может настаивать, что сыр – это масло, что синее – это зеленое, что лев это собака и пр.). Ребенок действует наперекор своим желаниям и очевидности, чтобы выразить свое отношение другому.
- ▣ **упрямство-** которое следует отличать от настойчивости. Ребенок настаивает на своем не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он этого потребовал. Мотивом упрямства является то, что ребенок связан своим первоначальным решением и ни за что не хочет отступить от него.
- ▣ **строптивость** – этот симптом является центральным для кризиса трех лет, поэтому иногда данный возраст называют возрастом строптивости. От негативизма строптивость отличается тем, что она безлична. Протест ребенка направлен не против конкретного взрослого, а против образа жизни. Ребенок начинает отрицать все, что он спокойно делал раньше.
- ▣ **своеволие-** ребенок все хочет делать сам, отказывается от помощи взрослых и добивается самостоятельности там, где еще мало что умеет.
- ▣ **бунт против окружающих-** ребенок как будто находится в состоянии жесткого конфликта с окружающими людьми, постоянно ссорится с ними, ведет себя агрессивно.
- ▣ **обесценивание ребенком личности близких-** так, малыш может начать обзывать мать или отца бранными словами, замахиваться.
- ▣ **стремление к деспотическому подавлению окружающих** – вся семья должна удовлетворять любое желание ребенка, в противном случае взрослых ждут истерические приступы с битьем головой об пол, слезы, крики.

# Как вести себя взрослым?

- Необходимо помнить, **что это временное явление** и при их правильном поведении эти явления пройдут;
- Взрослым, которые окружают ребенка, **необходимо определить единую систему требований** к нему, быть спокойными и доброжелательными, «ровными» в отношениях с ребенком. И в то же время требовательными и настойчивыми в выполнении предъявляемых требований.
- Показывать ему, что он **дорог даже заплаканный**, упрямый, капризный.
- **Уважайте детей.** Если Вы их уважаете, то они будут Вас слушать более внимательно.
- **Пусть они ошибаются**, помогайте им разобраться, где они допустили ошибки.
- **Не ругать и не наказывать** постоянно ребенка за все неприятные для Вас проявления его самостоятельности.
- Не говорить **«да»**, когда необходимо **твердое «нет»**.
- Не пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что в дальнейшем у ребенка может повыситься **чувство ответственности**.
- Не приучайте малыша к **легким победам**, давая повод для самовосхваления, потому что потом любое поражение для него станет трагедией.
- **Капризы и истерика требуют зрителей.** Не становитесь ими и не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая непослушная девочка!»
- В любой ситуации **проявляйте терпимость** к ребенку. Не позволяйте выходить из себя.
- Не подчеркивайте перед ребенком свое превосходство и силу. Будьте **с ним «рядом»**.

# Если ребенок впал в истерику?

- Не отменяйте немедленно своих решений. Если вы сказали «Нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.
- Не сдавайтесь, даже если приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще помогает одно — взять его за руку и увести.
- Не старайтесь поднять ребенка с пола.
- Не оставляйте ребёнка одного.
- Не пытайтесь во время приступа что-то внушать ребенку. Это бесполезно!
- Переключите внимание ребенка: «Ой, какая интересная игрушка у меня!», «А что там делает ворона?».
- Следите за своим эмоциональным состоянием.
- К примеру, ребёнок **не хочет кушать**, хотя голодный. Вы не упрашивайте его. Накройте стол и посадите на стульчик мишку. Изобразите, будто мишка пришел обедать и очень просит малыша, как взрослого, попробовать, не слишком ли горячий суп, и, если можно, покормить его. Ребенок, как большой, садится рядом с игрушкой и незаметно для себя, играя, вместе с мишкой съедает полностью обед.
- В 3 года самоутверждению ребенка льстит, если вы звоните лично ему по телефону, шлете письма из другого города, просите его совета или делаете ему какие-нибудь «взрослые» подарки типа шариковой ручки для письма.
- Для нормального развития малыша **важно** во время кризиса 3-х лет, чтобы ребенок ощущал, что все взрослые в доме знают, что рядом с ними не малыш, а равный им товарищ их и друг.



Спасибо за внимание!!!