

Кризис трех лет и как его преодолеть...



Подготовила: Григорьева Н.А.,
педагог-психолог
МАДОУ ЦРР №19 «Лукоморье»
г.Курганинск

ОТЛИЧИЯ

КАПРИЗЫ

Плач, нытье по
любому поводу

Привлечение
внимания

Я не
хочу!

УПРЯМСТВО

Ответ на поведение или
требование родителей

Не уступить,
настоять на своем

Я хочу!

ИСТЕРИКА

- Яркость, гротескность.
 - «Игра на публику».
 - Наличие зрителей
- Громогласный плач.
 - Крики.
 - Битье головой о стену или пол.
 - Расцарапывание лица.



Возникают в ответ на обиду или неприятное известие, усиливаются при повышенном внимании окружающих и могут прекратиться после того, как это внимание иссякнет.

Условия возникновения капризов:

**Повышенная
эмоциональная
возбудимость**

**Некомфортная
обстановка**

**Плохое
самочувствие**

Переутомление

Чувствительность

Как предотвратить приступы истерики у детей

- **Научитесь предупреждать вспышки.**
- **Переключайте детей на действия.**
- **Назовите ребенку его эмоциональное состояние.**
- **Скажите ребенку правду относительно последствий.**



Если истерика все же началась:

- прежде всего не раздражаться, взять себя в руки;
- не стоит в момент истерики пускаться в длинные объяснения, пытаться достучаться до сознания и совести малыша;
- постарайтесь отвлечь малыша.
- твердо и простыми словами объясните ребенку, почему вы не будете выполнять его требование;
- постарайтесь не реагировать на советы посторонних;
- не поддавайтесь на провокации.
- научите ребенка извиняться за свои поступки, и в следующий раз ему будет легче управлять собой.
- выработайте всем семейством единую линию запретов и поощрений.



Симптом обесценивания

Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (он может бросать их, ломать) и к людям (малыш может стукнуть или обозвать маму грубыми словами).

Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией).

Потом он поймет, что такое его поведение может быть неприятно другим людям.

А пока... Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если...)

Что делать?

Направляйте энергию ребенка в мирное русло. Например, если малыш рвет книжку, предложите ему рвать старые журналы.

Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек. Например, если малыш отказывается одеваться на прогулку, то предложите ему одеть куклу или медведя, пусть он поиграет роль взрослого. В конце концов ребенок согласится одеться и сам тоже.



1. «Кризис трех лет»

Кризис может начаться уже в 2,5 года, а закончиться в 4 года.

В этот период самое главное задание, которое решает маленький человек, - это необходимость самоутвердиться в мире, доказать свою самостоятельность и независимость. "Я сам" - такие слова сопровождают каждый шаг ребенка. И это не прихоть, а жизненная необходимость.

Таким образом, кризис трех лет - это период в жизни малыша, когда он любой ценой должен доказать право на самостоятельность решений, на собственные желания и потребности, которые не зависят от воли взрослых, которые его окружают.

Малыш 2,5-3 лет:
- Мама, дай машинку!
Мама дает со словами:
- Возьми, сынок.

Малыш раздраженно:
- Не хочу машинку!

Мама забирает игрушку.

Малыш гневно:
- Дай машинку!!! А-а-а!!!

И так далее по нарастающей...

Вы узнали своего ребенка?
Значит, у вас в самом разгаре
так называемый
«кризис 3 лет».



2. СЕМИЗВЕЗДНЫЕ КРИЗИСА ТРЕХ ЛЕТ:



1. **НЕГАТИВИЗМ:** это не просто нежелание выполнять какие-то указания взрослого, не просто непослушание, а стремление делать все наоборот, не подчиняться ни в коем случае воле взрослого
2. **УПРЯМСТВО:** это «такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем-либо не потому, что ему этого сильно хочется, что он это потребовал, а что он так захотел»
3. **СТРОПТИВОСТЬ:** это постоянное недовольство всем, что предлагает взрослый. Ребенку ничего не нравится из того, что он делал раньше, он как бы отрицает тот образ жизни, который у него сложился до 3-х лет.
4. **СВОЕВОЛИЕ:** ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет, он борется за свою самостоятельность.
5. **ПРОТЕСТ-БУНТ ПРОТИВ ОКРУЖАЮЩИХ:** все поведение ребенка носит протестующий характер, как будто он находится в состоянии жесткого конфликта со всеми людьми, постоянно ссорится с ними, ведет себя очень агрессивно.

Протест-бунт ребенка – это ответ на давление со стороны родителей, и их желание все решать за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Садись за стол!», "Одень тапочки!"). Бурная энергия ребенка должна найти выход в виде деятельности. А если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева, истерик). Любому человеку (а ребенку и подавно) очень тяжело долго находиться в нервном напряжении, и если не наступает разрядка в виде эмоции, то возникает стресс..

6. ОБЕСЦЕНИВАНИЕ РЕБЕНКОМ ЛИЧНОСТИ БЛИЗКИХ:

обесцениваются старые привязанности ребенка к вещам, к людям, к правилам поведения. Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (он может бросать их, ломать) и к людям (малыш может стукнуть). Он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если...).

7. ДЕСПОТИЧЕСКОЕ ПОДАВЛЕНИЕ ОКРУЖАЮЩИХ: малыш учится управлять окружающим миром, пытается заставить родителей делать то, что он хочет. Необходимо понимать, что стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» – это хорошая черта характера, которая позволяет человеку быть хозяином жизни, а не слабовольным, ведомым другими людьми. Что делать? Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей – будьте непреклонны.



Кризис трех лет - это перелом устоявшихся взаимоотношений, для того, чтобы построить новые формы отношений между ребенком и взрослым.

К концу раннего возраста у малыша возникает тенденция к самостоятельности, которая обуславливает не только появление этой самостоятельности, заметной внешне, но и одновременно отделение ребенка от взрослого.

3. Кризис где-то «потерялся»...

Все хорошо в меру. Замечательно, если в районе трех лет вы заметили у малыша признаки начинающегося кризиса. Еще лучше, когда через какое-то время вы с облегчением опять узнаете своего ласкового и покладистого ребенка. Однако встречаются ситуации, когда «кризис» - со всеми его негативизмами, строптивостями и прочими неприятностями – не наступает. Родители, которые никогда и не слышали, и не задумывались ни о каких кризисах развития, только радуются.

Однако мамы и папы, осознающие важность кризисов развития, и не замечающие никаких признаков у своего малыша трех лет, начинают беспокоиться.

Существует точка зрения, что если кризис протекает вяло, то это говорит о задержке в развитии. Поэтому просвещенные взрослые начинают наблюдать за малышом с обостренным вниманием, пытаются разыскать хоть какое-то проявление кризиса. Однако есть дети, у которых в три года почти и не обнаруживаются каких-либо негативных проявлений. А если и обнаруживают, то они проходят так быстро, что родители могут их даже не заметить.

Думать, что это как-то негативно скажется на психическом развитии, или становлении личности, не стоит.

5. Рекомендации родителя

1. Обращаясь к ребенку, формулируйте свои просьбы не в виде утверждения («Иди кушать»), а в виде вопроса («Ты кушать будешь?», «Ты кушать будешь сейчас или попозже?», «Ты будешь кушать рисовую кашку или гречневую?») в зависимости от ответа который вы ожидаете услышать).

- 2.** Ведите себя с малышом, как с равным. Спрашивайте разрешения взять его игрушку, обязательно говорите «Спасибо», если кроха оказал вам услугу. Так вы не только избежите негативизма и упрямства с его стороны, но и подадите малышу хороший пример для подражания.
- 3.** Направляйте энергию ребенка в мирное русло, то есть предлагайте замену нежелательным поступкам малыша (так делать нельзя, а так можно), используйте игру для сглаживания кризисных моментов.
- 4.** Уступайте ребенку в «мелочах», максимально расширьте его права, позвольте ему совершать ошибки, не вмешивайтесь в детские дела, если малыш об этом не просит. Но в том, что касается его здоровья и безопасности, а так же здоровья и безопасности других людей – будьте непреклонны – НЕТ, безо всяких исключений!
- 5.** Если малыш стал сопротивляться вашему предложению из чувства негативизма, просто подождите несколько минут. Ему нужно немного времени, чтобы самому принять решение.
- 6.** Если у ребенка, не смотря на ваши усилия, началась истерика. Спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. Но не ждите, что малыш поймет вас так, как вам бы хотелось, даже если вам кажется, что вы все очень подробно разжевали. Скорее всего, придется не раз возвращаться к этому разговору в других подобных ситуациях.
- 7.** Проявляйте чуткость. Поменьше вмешивайтесь в действия ребенка, не торопите его. Порой маме бывает что-то удобнее сделать за ребенка, например, одеть, накормить, убрать и т.д., но не спешите. Пусть он одевается и раздевается в свое удовольствие, убирает рассыпанные игрушки и причесывает себя перед зеркалом. Наберитесь терпения. Этот период в отношениях с ребенком является не только его болезнью роста, но и экзаменом для взрослых.



8. Будьте более гибкими и находчивыми. К примеру, ребенок отказывается кушать, хотя вы точно знаете, что он уже должен порядком проголодаться. Не упрашивайте его. А, например, накройте на стол и посадите рядом игрушку. Изобразите, будто она пришла на обед, и просит малыша, как взрослого, попробовать, не слишком ли горячий суп, и покормить ее. Результат бывает потрясающий: многие дети, увлекшись игрой, садятся рядом с игрушкой и как-то незаметно для себя вместе с ней съедают содержимое тарелки.

Это время трудное не только для ребенка, но для взрослых, так как требует коренного пересмотра отношения к повзрослевшему малышу. И если в стратегии воспитания ничего не меняется, то кризис 3 лет затянется на долгие месяцы. От того, как вы будете вести себя с ребенком во время этого кризиса, зависит, сохранит ли малыш активность, упорство в достижении цели, будет ли продолжать стремиться к самостоятельности. Или он сломается и станет безропотно послушным, безвольным, зависимым человеком с заниженной самооценкой.

Воспитывайте ребенка не замечаниями, а на своем примере. То есть ведите себя с ребенком так, как хотели бы, чтобы он вел себя с окружающими людьми, в том числе и с вами.

Чем больше у ребенка будет опыт самостоятельных поступков и принятия решений, чем больше успехов и (увы) ошибок он совершит, тем быстрее пройдет кризис, тем быстрее он научится ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ с людьми. А главное, любите своего РЕБЕНКА!

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

