



«Не хочу! Не буду! Не надо! Я сам!» — кризис трехлетнего возраста: признаки кризиса и как его преодолеть

Еще вчера ваш малыш был таким мягким и послушным, а сегодня устраивает истерики, грубит по любому поводу, категорически отказывается выполнять мамины просьбы. Что с ним случилось? Скорее всего, ребенок вступил в так называемый кризис трех лет. Согласитесь, звучит внушительно. Но как же реагировать взрослым на такое детское поведение и что делать уставшим от капризов родителям?

Что нужно знать о кризисе трех лет?

В психологической литературе кризисом трехлетнего возраста называют особый, относительно непродолжительный по времени жизненный период ребенка, который характеризуется значительными изменениями в его психическом развитии. Кризис не обязательно наступает в третий день рождения, средний возраст возникновения – от 2,5 до 3,5 лет.



- Период упрямства начинается примерно с 1,5 лет.
- Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5-4 годам.
 - Пик упрямства приходится на 2,5-3 года.
 - Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.
 - Девочки капризничают, чаще, чем мальчики.
 - В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день.
 - У некоторых – до 19 раз.

Кризис — это перестройка ребенка, его взросление.

Продолжительность и острота проявлений эмоциональных реакций во многом зависят от темперамента ребенка, семейного стиля воспитания, особенности отношений между мамой и малышом. Психологи уверены, чем авторитарнее ведут себя

родственники, тем ярче и острее проявляется кризис. Кстати, он может усилиться с началом посещения детского садика. Если недавно родители не понимали, как приучить детей к самостоятельности, то сейчас ее чересчур много. Фразы «я сам», «я хочу/я не хочу» слышны регулярно.

Ребенок осознает себя отдельной личностью, с собственными желаниями и потребностями. Это **важнейшее новообразование** данного возрастного кризиса. Таким образом, для столь непростого периода характерны не только конфликты с матерью и отцом, но и появление **нового качества – самосознания**. И все-таки, несмотря на кажущуюся взрослость, кроха не понимает, как получить признание и одобрение от родителей. Взрослые продолжают обращаться с ребенком, как с маленьким и несмышленным, а для него самого он уже самостоятельный и большой. И подобная несправедливость заставляет его бунтовать.



7 основных признаков кризиса:



Помимо стремления к независимости кризис трех лет имеет другие характерные симптомы, благодаря которым его невозможно спутать с плохим поведением и детской вредностью.



1. **Негативизм.**

Негативизм вынуждает малыша выступать против не только маминого, но и собственного желания. Например, родители предлагают сходить в зоопарк, а кроха категорически отказывается, хотя сам очень хочет увидеть животных. Дело в том, что предложения исходят от взрослых. Следует отличать непослушание и негативные реакции. Непослушные дети поступают в соответствии со своими желаниями, которые часто идут вразрез с желаниями родителей. Кстати, негативизм зачастую избирателен: ребенок не выполняет просьбы отдельного человека, чаще всего мамы, а с остальными ведет себя как прежде.

Совет: Не следует говорить с детьми в приказном тоне. Если ребенок по отношению к вам настроен негативно, дайте ему возможность успокоиться и отойти от чрезмерных эмоций. Иногда помогают и просьбы наоборот: «Не одевайся, мы сегодня никуда не пойдём».

2. **Упрямство.**

Упрямство часто путают с настойчивостью. Однако настойчивость является полезным волевым качеством, которое позволяет маленькому человечку достигать цель, несмотря на сложности. К примеру, достроить-таки домик из кубиков, даже если он разваливается. Упрямство отличается стремлением малыша стоять на своем до конца только потому, что он этого уже однажды потребовал. Допустим, вы позвали сына обедать, а он отказывается. Вы начинаете убеждать, а он отвечает: «Я уже сказал, что не буду кушать, значит, не буду».

Совет: Не старайтесь переубедить кроху, потому что вы лишите его шанса выйти с достоинством из затруднительного положения. Возможный выход – сказать, что вы оставите еду на столе, а он сможет покушать, когда проголодается. Этот способ лучше применять лишь на время кризиса.

3. **Деспотизм.**

Наиболее часто этот симптом встречается в семьях с единственным малышом. Он пытается заставить мать и отца делать так, как ему хочется. К примеру, дочка требует, чтобы мама все время находилась рядом с ней. Если в семье несколько детей, то деспотические реакции проявляются как ревность: малыш кричит, топает, толкается, отбирает у братика или сестренки игрушки.

Совет: Не поддавайтесь на манипуляции. И в то же время старайтесь уделять больше внимания детям. Они должны осознать, что родительское внимание можно привлечь и без скандалов и истерик. Привлекайте кроху к домашним делам – готовьте вместе ужин для папы.



4. **Симптом обесценивания.**

Для ребенка пропадает ценность старых привязанностей – к людям, любимым куклам и машинкам, книгам, правилам поведения. Внезапно он начинает ломать игрушки, рвать книжки, обзывать или кривляться перед бабушкой, произносить грубости. Тем более что лексикон малыша постоянно расширяется, пополняясь, в том числе, и разными нехорошими и даже неприличными словами.



Совет: Постарайтесь отвлечь детей другими игрушками. Вместо машин займитесь конструктором, вместо книжек выберите рисование. Почаще рассматривайте картинки на тему: как следует себя вести с другими людьми. Только не стоит читать нравоучений, лучше проигрывайте тревожащие вас реакции ребенка в сюжетно-ролевых играх.

5. Строптивость

Этот неприятный симптом кризиса безличен. Если негативизм касается конкретного взрослого, то строптивость направлена на привычный образ жизни, на все действия и предметы, которые родные предлагают ребенку. Зачастую она встречается в семьях, в которых существуют разногласия по вопросу воспитания между мамой и папой, родителями и бабушкой. Малыш просто перестает выполнять любые требования.

Совет: Если кроха не хочет убирать игрушки прямо сейчас, займите его другой деятельностью – например, порисуйте. А через несколько минут вы обнаружите, что он сам начнет складывать машинки в корзину, без вашего напоминания.

6. Бунт

Трехлетний ребенок пытается доказать взрослым, что его желания столь же ценны, как их собственные. Из-за этого он идет на конфликт по любому поводу. Кажется, что малыш находится в состоянии необъявленной «войны» с окружающими, протестуя против каждого их решения: «Не хочу, не буду!».

Совет: Попробуйте оставаться спокойными, доброжелательными, выслушивайте детское мнение. Однако настаивайте на своем решении, если дело касается безопасности ребенка: «Нельзя играть с мячиком на проезжей части!».



7. Своеволие

Проявляется своеволие в том, что дети стремятся к самостоятельности, причем независимо от конкретной ситуации и собственных возможностей. Ребенок хочет самостоятельно купить какой-либо товар в магазине, рассчитаться на кассе, перейти дорогу, не держась за бабушкину руку. Неудивительно, что подобные желания не вызывают особого восторга у взрослых.

Совет: Разрешите малышу самому сделать то, к чему он стремится. Если выполнит желаемое – получит бесценный опыт, если не сумеет – сделает в следующий раз. Конечно, это относится лишь к тем ситуациям, которые абсолютно безопасны для детей.

