

муниципальное казенное учреждение
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Адрес: 249440, Калужская обл., г. Киров, ул. Ленина, д. 3

Тел. 8(48456) 5-70-45

e-mail: cherkir-tsentr@mail.ru

<http://psicentr40.ucoz.com/>

***Маленькие упрямцы или немного о кризисе
трех лет***



Казалось бы, многие сложности уже позади: и бессонные ночи, и укачивание на ручках закончились. Малыш уже может самостоятельно ходить, кушать, с ним уже можно поговорить на разные темы, более или менее спокойно погулять на детской площадке. Родителю можно было бы перевести дух, но не тут-то было! Приходит он – кризис трех лет. В этот период малыш

становится неуправляемым. Многие родители говорят: «ребенка подменили». Еще вчера добрый и покладистый и вдруг: часто капризничает, впадает в ярость, делает все наоборот, не слушается, чем очень злит родителей. Поведение малыша становится сложно и трудно корректировать. Кризис трех лет относится к числу острых. Это время достаточно сложное как для взрослого, так и для ребенка.

Как же понять: это обычные капризы или малыш переживает сложный критический период?

Вы столкнулись с кризисом трех лет, если ребенок проявляет следующее поведение: постоянно проверяет границы дозволенного; устраивает истерики по любому поводу и без; требует купить нужную ему игрушку, рыдая и катаясь по полу в магазине; на прогулке убегает в противоположную от вас сторону; не реагирует на просьбы и слово «нельзя»; негативно воспринимает любые ваши предложения; на все отвечает «нет», «не хочу», «не буду»; пытается всё делать самостоятельно и по-своему: сам натягивает куртку, сам садится есть, если что-то не так или не получается – закатывается истерика; не поддается переубеждению.

Причина такого поведения - малыш растет, развивается и пытается отделить свое «я» от родительского. Он начинает осознавать себя отдельной самостоятельной личностью со своими желаниями, которые нужно отстаивать. Он часто упрямится и говорит «нет» не для того чтобы досадить взрослому, он просто пока не знает других способов утвердиться как личность.

Что делать родителю? Как помочь ребенку преодолеть этот этап в его жизни с минимальным количеством ссор и скандалов?

1. По большому счету, в период кризиса родителю важно соблюдать «золотую середину» в воспитательных воздействиях. Во время истерики нужно попытаться переключить внимание упрямца на что-то другое, если не получится - просто переждите. Но, когда ребенок успокоится, обязательно поговорите с ним о случившемся, объясните, что вы его любите по-

прежнему, но такое его поведение недопустимо, оно вас расстроило. Так себя нельзя вести в обществе. Не следует переделывать ребенка, требовать беспрекословного послушания.

2. Желательно давать ребенку возможность выбора. Малыш хочет быть самостоятельным. Так разрешите ему самому принимать решения. Просто предложите сделать выбор, спросив, например: «Ты будешь кушать кашу рисовую или гречневую?» Он будет рад, он же сам выбрал.
3. Помогите ребенку принять себя. Малыш должен поверить, что он хороший, несмотря на временные трудности с поведением. Обязательно хвалите ребенка, если он выполнил ваши задания, подчеркивайте, что он успешный, у него все прекрасно получается (если это действительно так).
4. Разрешите ребенку быть самостоятельным (в пределах разумного, конечно). Например, можно привлекать его к выполнению домашних обязанностей. Можно доверить помыть посуду. В этом возрасте они сами об этом просят. Им это интересно. А вот родителю, если уж честно, гораздо проще сделать все самому, чем переделывать за малышом... Поэтому мы и ограничиваем проявления его самостоятельности.
5. Уменьшите количество запретов. Здесь необходимо оставить только ваше категорическое «нельзя». Это обычно касается безопасности и социальных норм.
6. Помните про важность режима дня для дошкольника. Это делает жизнь ребенка более упорядоченной и предсказуемой, позволяет избежать лишних капризов.
7. Старайтесь сохранять спокойствие. Чрезмерное эмоциональное реагирование родителя на его поведение может участить истерики ребенка.

Уважаемые родители, помните, что кризисы – это временные явления, они проходят, их нужно пережить. Будьте мудрыми и терпеливыми родителями.

С какой из предложенных рекомендаций вы уже сейчас готовы начать, чтобы смягчить проявление кризиса?

*Педагог-психолог МКУ «Центр ППМС помощи»
Светлана Филимонова*