

# «Я сам!» или кризис 3 лет».

ПОДГОТОВИЛА:

педагог-психолог

Моргун О.С.



К трем годам у детей обычно проявляется кризис, который выражается в упрямстве, «скандальном» поведении и негативном отношении к взрослым. Часто родители в этот период могут слышать такую фразу: « Я сам!» В чём же суть этого кризиса, как же он проявляется и чем же можно помочь ребёнку...

Во-первых - это необходимый этап в развитии ребёнка. Так или иначе, все дети проходят через него. Кризисы помогают нам перейти на новую ступеньку развития. Кризис 3 лет - это важный этап в становлении психического развития ребёнка. Главное, чтобы ребёнок был уверен в том, что, как бы он себя ни вёдёт, его всегда будут любить и никогда не бросят. Уважайте то мужество, которое требуется ребёнку, переживающему первый кризис самопознания.

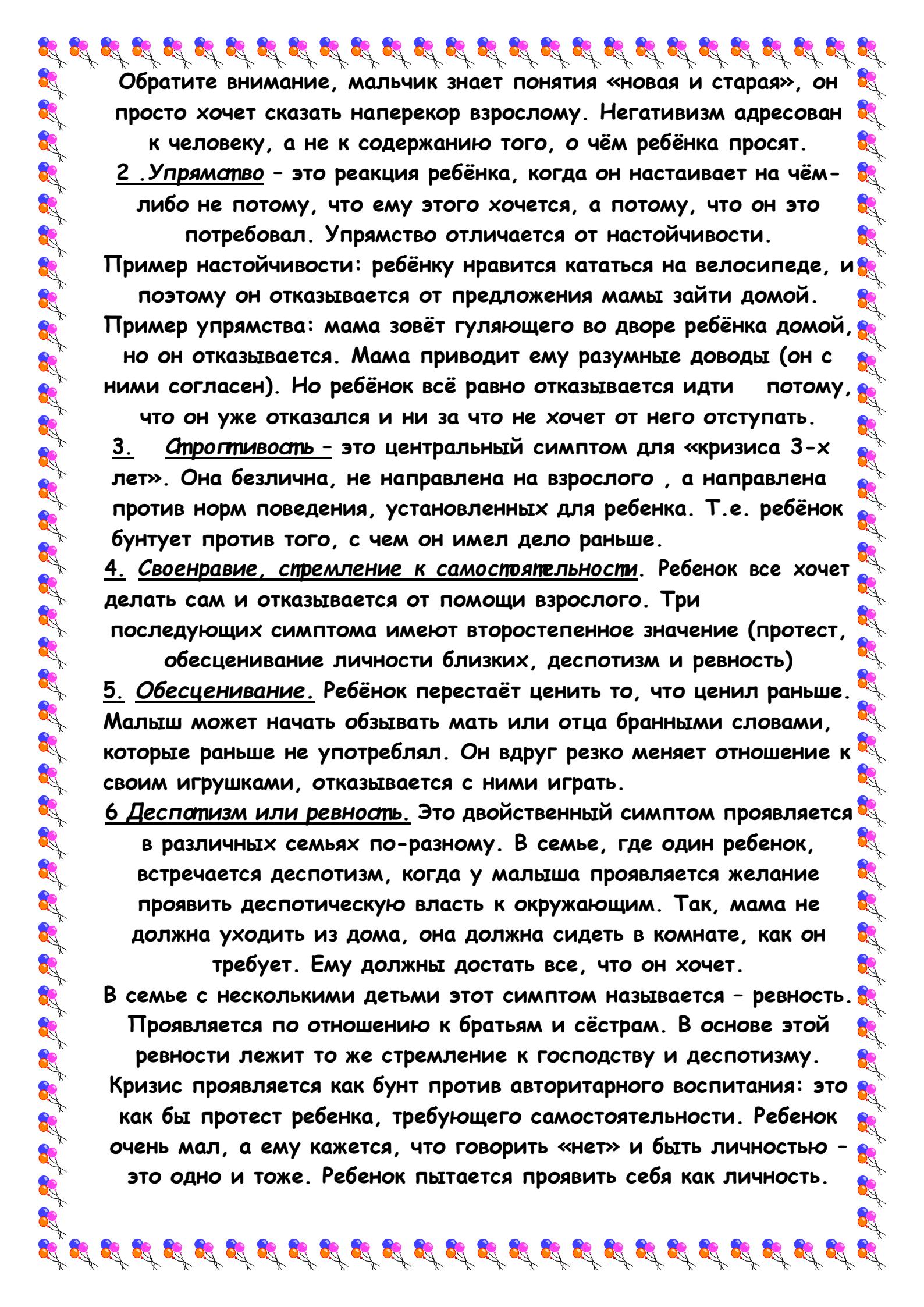
Относитесь с долей юмора и благородствием.

Кризис может быть как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит - радуйтесь, - ваш ребёнок развивается нормально.

## Основные симптомы кризиса 3 лет.

1. Негативизм - это не просто непослушание. При непослушании дети отказываются делать то, что не хотят делать. При негативизме дети отказываются делать даже то, что хотят делать (им важно сделать именно наперекор тому, потому что это было предложено взрослым)

Пример негативизма: к мальчику подходит взрослый и говорит, что у него новая машина. На что мальчик возражает: «Нет, она не новая, а старая». Взрослый говорит: «Ну, хорошо, у тебя старая машина». Ребёнок отвечает: «Моя машина новая».

Обратите внимание, мальчик знает понятия «новая и старая», он просто хочет сказать наперекор взрослому. Негативизм адресован к человеку, а не к содержанию того, о чём ребёнка просят.

**2 . Упрямство** - это реакция ребёнка, когда он настаивает на чём-либо не потому, что ему этого хочется, а потому, что он это потребовал. Упрямство отличается от настойчивости.

Пример настойчивости: ребёнку нравится кататься на велосипеде, и поэтому он отказывается от предложения мамы зайти домой.

Пример упрямства: мама зовёт гуляющего во дворе ребёнка домой, но он отказывается. Мама приводит ему разумные доводы (он с ними согласен). Но ребёнок всё равно отказывается идти потому, что он уже отказался и ни за что не хочет от него отступать.

**3. Страгтивость** - это центральный симптом для «кризиса 3-х лет». Она безлична, не направлена на взрослого , а направлена против норм поведения, установленных для ребенка. Т.е. ребёнок бунтует против того, с чем он имел дело раньше.

**4. Своенравие, стремление к самостоятельности**. Ребенок все хочет делать сам и отказывается от помощи взрослого. Три последующих симптома имеют второстепенное значение (протест, бесценивание личности близких, деспотизм и ревность)

**5. Обесценивание**. Ребёнок перестаёт ценить то, что ценил раньше. Малыш может начать обзывать мать или отца бранными словами, которые раньше не употреблял. Он вдруг резко меняет отношение к своим игрушками, отказывается с ними играть.

**6 Деспотизм или ревность**. Это двойственный симптом проявляется в различных семьях по-разному. В семье, где один ребенок, встречается деспотизм, когда у малыша проявляется желание проявить деспотическую власть к окружающим. Так, мама не должна уходить из дома, она должна сидеть в комнате, как он требует. Ему должны достать все, что он хочет.

В семье с несколькими детьми этот симптом называется - ревность. Проявляется по отношению к братьям и сёстрам. В основе этой ревности лежит то же стремление к господству и деспотизму.

Кризис проявляется как бунт против авторитарного воспитания: это как бы протест ребенка, требующего самостоятельности. Ребенок очень мал, а ему кажется, что говорить «нет» и быть личностью - это одно и тоже. Ребенок пытается проявить себя как личность.

# Что же делать, как помочь ребенку и себе?

- Предоставьте ребёнку самостоятельность.
- Предусматривайте в своём расписании запас времени на самостоятельные попытки ребёнка сделать то, что вы собирались сделать сами.

Например: вы собрались в гости. Ребенок, говорит, что он хочет сам одеться. Мама нервничает, что мало времени и одевает сама.

Итог - малыш в слезах у мамы испорченное настроение. Другой вариант: Предусмотрительная мама начала этот процесс на 10 минут раньше срока. В процессе одевания ребёнок говорит «Я сам!» и начинает пытаться одеваться самостоятельно. Мама отвечает: «Хорошо, одевайся». В конце она ему поможет.

Научитесь переключать внимание ребенка. Ребёнок начал капризничать, отвлеките его. Вместо того, чтобы сказать ребёнку: «Сейчас мы пойдём гулять», можно спросить: «Мы пойдём гулять на детскую площадку или в парк?». Негативизм ребёнка можно использовать в своих целях. Например, если вы хотите пойти с ребёнком в гости , то можно предложить ему остаться дома.

Ребёнок, естественно, вам возразит и скажет: «Нет! Пойду с тобой!»

Если ребёнок начал истерику в людном месте (а дети любят работать на публику), то лучше всего его перенести в другое, менее людное место. Например, если ребёнок на детской площадке лёг на землю, и стучит кулаками (в истерики), то лучше его взять и перенести в сторону. Там его следует положить в такое же положение и подождать пока истерика закончится (если вы не будете реагировать на истерику, то она быстро закончится). Во время подобных истерик бесполезно что-либо объяснять ребёнку.

Дождитесь окончания.

«Любите ребёнка не за что-то, а просто так. Любите его всяkim: и счастливым и заплаканным, и во время истерик и во время достижений, и настойчивым и упрямым.

Любите его всегда. Пусть он это знает и видит»

