

# Кризис трех лет: как пережить?

А.Р.Долгова,

КУ «Специализированный Дом ребенка «Малютка» Минобразования  
Чувашии

**Кризис** трех лет – обязательный этап в жизни каждого ребёнка, когда тот отделяется от взрослого и осознаёт себя в качестве самостоятельной единицы. Прежде вполне послушный малыш внезапно начинает устраивать «сцены», топтать ножками в попытках добиться желаемого. Обычно это начинает происходить с 2,5 до 3,5 лет. Длительность данного явления обычно составляет всего несколько месяцев. Однако в случае неблагоприятного развития событий **кризис** может затянуться на пару лет.

Психологи выделяют 7 главных признаков кризиса 3 лет и называют их СЕМИЗВЕЗДИЕМ. Эти отличительные качества помогают точно определить, что ребёнок вступил в пору независимости от взрослых, а его эмоциональность не является следствием избалованности либо обычной вредности.

**1. Негативизм** - ребенок перестает делать то, что Вы просите не потому, что он не хочет делать это, а потому, что именно Вы (как взрослый) его об этом просите. Например, авторитарный взрослый говорит: «Это платье – черное». А ребенок в ответ: «Нет, белое». А когда говорят: «Оно – белое». В ответ: «Оно – черное». Здесь проявляется социальная тенденция - негативизм направлен против взрослого.

**2. Строптивость** - строптивное поведение несколько напоминает негативизм, однако отличается обезличенностью, то есть оно направлено не на определённого взрослого, а на привычный жизненный уклад. Можно сказать, что строптивный ребёнок протестует против всех предметов и порядков, которые его окружают. Психология маленьких детей такова, что с большей степенью вероятности строптивость будет проявляться там, где существуют разногласия по поводу воспитания и дисциплинарных мер между взрослыми. Строптивный ребёнок вообще не желает выполнять просьбы и разумные требования всех взрослых, как будто он и не слышит обращённой к нему речи. Например, малыш продолжает играть в кубики, несмотря на просьбу сложить игрушки в корзину.

**3. Упрямство** - малыш начинает настаивать на своем, не потому, что ему этого сильно хочется, а потому что он этого потребовал. Например: ребенка с

улицы заводят домой, но он отказывается. Ему приводят доводы, которые его убеждают, но потому, что он уже отказался ранее, он и не идет. Мотив упрямства – ребенок связан своим первоначальным решением. Здесь проявляется тенденция личностного отношения к самому себе.

**4. Своеволие** - дети 3-летнего возраста стремятся к максимальной самостоятельности, неудивительно, что этот период ещё называется кризис идентичности «*Я сам*». Малыш пытается обойтись своими силами, вне зависимости от ситуации и собственных ограниченных возможностей.

**5. Протест-бунт** – это бунт-протест в виде отказа от привычных действий (малыш не хочет есть сам, устраивает истерики, вспышки гнева и прочих негативных проявлений).

**6. Деспотизм** – малыш достаточно жестоко и деспотично проявляет над всеми свою власть, диктуя, что он будет есть, что не будет, что он оденет, а что не оденет. То есть, ребенок старается вернуть то состояние, которое было в раннем детстве, когда фактически исполнялись все его желания, и стать господином положения.

**7. Обесценивание** – в 3 годика малыш нередко перестает ценить всё, что прежде представлялось ему очень важным. Причём относится это как к близким людям, так и к неодушевленным предметам и правилам поведения. Прежде, казалось бы, воспитанный ребёнок начинает бросать любимые машинки, отрывать куклам руки, вырывать страницы из книжек. В этом возрасте малыш может нагрубить близкому взрослому например: сказать ему, что стукнет его.

Правильное понимание значения **кризиса** трёх лет важно потому, что в этом возрасте малыш принимает своё «*Я*», у него формируется первоначальная самооценка, то есть зарождается детская личность. Чтобы максимально сгладить выраженность негативных проявлений **кризисного периода**, следует придерживаться рекомендациям специалистов.

**Типичные ошибки родителей, которые могут наблюдаются в этот кризисный период у ребенка:**

- Первая ошибка - заключается в отсутствии у них твердой позиции, они не определили, чего именно требовать от ребенка. Часто разные члены семьи не могут договориться друг с другом, что создает дополнительные трудности в решении ситуации.
- Вторая ошибка – неготовность к изменениям в поведении ребенка, отсутствие знаний об особенностях этого возраста, стремление

сохранить свой родительский авторитет любой ценой или, наоборот излишняя мягкость и уступчивость.

- Третья ошибка - советчики родителей становятся те родственники или специалисты, которые дают общие советы, не разбираясь в деталях ситуации, у каждого ребенка свои индивидуальные особенности.
- Четвертая ошибка - неуверенность мамы в своих силах, её желание соответствовать всем противоречивым советам, метание из крайности в крайность создают неблагоприятные внешние условия и привносят еще больше путаницы.

### **Рекомендации по преодолению кризиса 3 лет у ребенка:**

- Не применяйте авторитарный стиль воспитания, откажитесь от гиперопеки.
- Придерживайтесь единой тактики воспитания. Детям следует предъявлять единые требования.
- При возникновении у ребёнка вспышки гнева, слез, истерик, проявляйте спокойствие и терпение. Не позволяйте себе кричать и срываться в ответ, если ребенок будет видеть ваше спокойствие, он быстрее успокоится в ответ.
- Старайтесь не спорить с ребёнком. Не пытайтесь силой переломить его упрямство.
- Не командуйте своим ребенком. Это лишь приведет к нервному напряжению.
- Постарайтесь давать возможность ребенку быть самостоятельным.
- Дайте ребёнку возможность проявлять самостоятельность. Поручите ему несложные задания: полить цветы, накрыть на стол, подмести пол, вытереть пыль и т.д.
- Позвольте ребенку делать самостоятельный выбор: спрашивайте, какую игрушку он бы хотел взять с собой в садик или на прогулку.
- Ищите вместе с ребёнком компромиссные решения в сложившейся конфликтной ситуации.
- Чаще показывайте ребенку свою любовь, хвалите, обнимайте его. И, когда ругаете, объясняйте ребенку, что его самого вы очень любите, вам не нравится, то что он сделал.

- Важно знать, что в возрасте 3 лет игра становится для ребенка ведущей деятельностью, поэтому используйте игровые приемы в общении с ребенком.
- Не следует ставить ребёнку общих оценок, обзывать ребенка.

**А если у ребенка началась истерика, то стоит поступить следующим образом:**

- 1) задайте неожиданный вопрос;
- 2) не пытайтесь что-либо внушить ребёнку – он сильно возбуждён и не может вас услышать;
- 3) достаньте из кармана интересный предмет, чтобы его заинтересовать.
- 5) предложите другую деятельность (попытайтесь переключить внимание);
- 6) если ребёнок требует что-либо надрывно, спокойно скажите: «Я дам тебе конфету, как только ты успокоишься и попросишь красиво. Ты умеешь это делать».

Каждый взрослый человек с адекватной самооценкой и уверенностью в себе вырастает из малыша, прошедшего через все ранние кризисы развития. Поэтому родителям не нужно бояться перемен. Первые ошибки, достижения, попытки адаптироваться к миру формируют основные черты характера, становятся залогом успеха в будущем при условии безусловной поддержки родных людей.