



У всех родителей наступает такой момент, когда их подрастающее чадо начинает делать все наоборот: игнорирует просьбы, разбрасывает только что собранные игрушки, кричит или даже пытается ударить. Это совершенно не обозначает, что вы – плохие родители. Это свидетельствует о том, что у ребенка наступил кризисный возраст.

Когда наступает кризис 3 лет, все проблемы с ночными кормлениями, коликами, грязными пеленками и зубками покажутся родителям милыми цветочками. Потому что, плач маленького ребенка, его довольно просто было уговорить, предоставив на выбор – соску, мамину грудь, сухие штанишки или папин сотовый, хотя и не всегда было понятно, отчего же он все-таки рыдает. А прелестный трехлетний малыш всегда отлично знает, с какой целью он возмущается и визжит. И может кричать очень долго, пока не получит желаемого. Или его не накажут.

**Не хочу!
Не буду!
Не надо!
Кризис 3-х лет.**



Как проявляется кризис? Симптомы

Если у трехлетнего ребенка спрашивают: «Какого цвета твоя игрушка?», и он прекрасно зная правильный ответ, говорит, что она зеленая (хотя на самом деле – красная), а потом еще и пытается устроить истерику по данному поводу, доказывая свою правоту, – это первый звоночек кризисного возраста.

Родители, как правило, знакомы с этим термином, но все же ассоциируют его со сложностями подросткового поведения.

На самом же деле кризисный возраст бывает и у малышей, просто ведут они себя немного с другим размахом.

Кризис 3 лет психологи называют порой упрямства. Главный симптом, который свидетельствует о том, что он начался, – это упрямство во всех его проявлениях: негативизм, протест и т.д.

Негативизм – это когда ребенок всегда старается поступить наперекор взрослому, несмотря на свои желания. Например, пришло время дневного сна. Мама просит сына лечь в кроватку, а он отказывается это делать, невзирая на то, что сам уже практически засыпает во время игр.

Или еще хороший пример: бабушка предлагает внучке пообедать, та много набегалась, напрыгалась и очень хочет кушать, но отказывается садиться за стол, чтобы сделать вопреки просьбе бабушки. Упрямство в чистом виде выражается тем, что, если ребенок уже ответил на вопрос, переубедить его ответить иначе будет очень сложно.

Например, родители вместе с сыном гуляют вечером перед сном на улице. Мама говорит, что пора идти домой, ребенок отказывается. Далее мама с папой пытаются убедить сына, что на улице уже стемнело, похолодало, стало страшно. Мальчик соглашается с их доводами, но домой идти отказывается, так как не желает менять своего первого ответа «нет».

Сколько длится кризис 3 лет у ребенка

Если вы спросите, сколько длится кризис 3 лет у ребенка, то ни один специалист не даст вам точный ответ. Так как продолжительность кризисного периода зависит от каждого отдельного случая, а еще – от правильного поведения родителей.

Если вы сможете достойным образом вести себя с капризным трехлеткой, то кризис минует гораздо быстрее. А поэтому к нему нужно быть готовым заранее. Но все же примерные возрастные рамки есть: кризис может происходить в период с двух с половиной и до трех с половиной лет.

У более активных деток с хорошо развитой речью кризисный возраст более ранний и первые его признаки проявляются приблизительно в 2 годика и 6 месяцев – 2 годика 8 месяцев.



Психология



Трехлетний малыш, как и подросток, пытается покорить мир и перекроить его под себя, но арсенал его влияния на родителей еще не так велик. Ребенок в возрасте 3 лет с каждым днем осваивает речь,

поэтому для него характерна «речевая вредность» - крики, истерики, ругательные слова, услышанные на улице от прохожих и т.д.

Более того, 3 года – это такой возраст, когда ребенок уже понимает, насколько он важен для родителей, поэтому он может испытывать их своими просьбами, требованиями. Например, вот хочется ребенку во время ужина играть в мяч, он сделает все, чтобы добиться своего.

Будет канючить, плакать, перекидывать посуду и т.п.

Как же нужно вести себя родителям с ребенком во время кризисного периода?

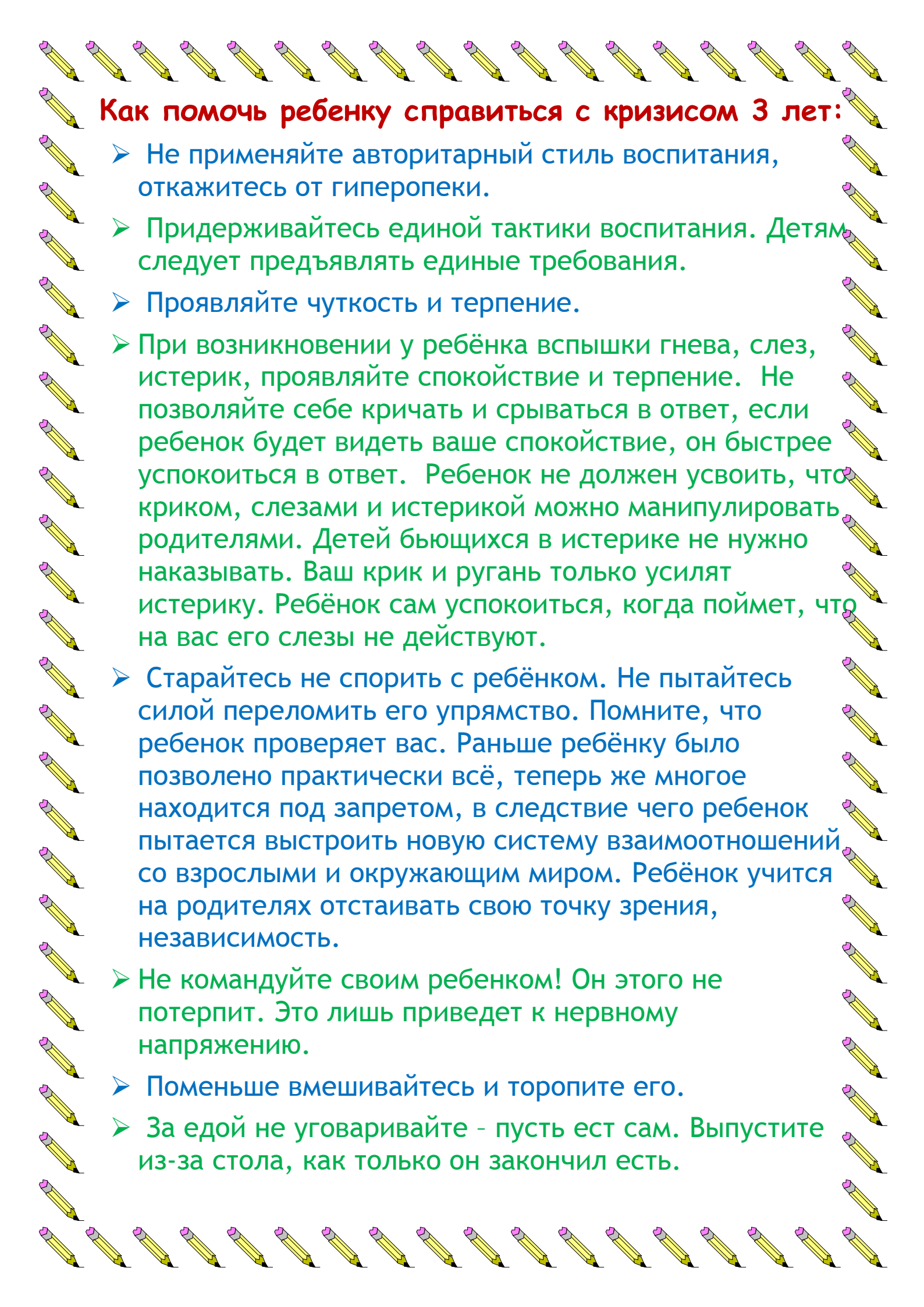
На самом деле им нужно просто запастись выдержкой и спокойствием, чтобы, несмотря ни на что, проявлять свою требовательность. Ребенок должен осознавать, что все правила нужно выполнять независимо от его желаний.

Руки перед едой моют, шапку в плохую погоду обязательно одевают, игрушки складывают в корзину, на улицу обуваются и т.д.

Но взрослый должен четко ставить свои требования перед ребенком и быть последовательным в их исполнении. Если сегодня вы заставили ребенка вымыть руки, то должны это сделать и завтра, и послезавтра. Если вы не дали разрешения играть кухонным сервизом сегодня, то должны это делать всегда.

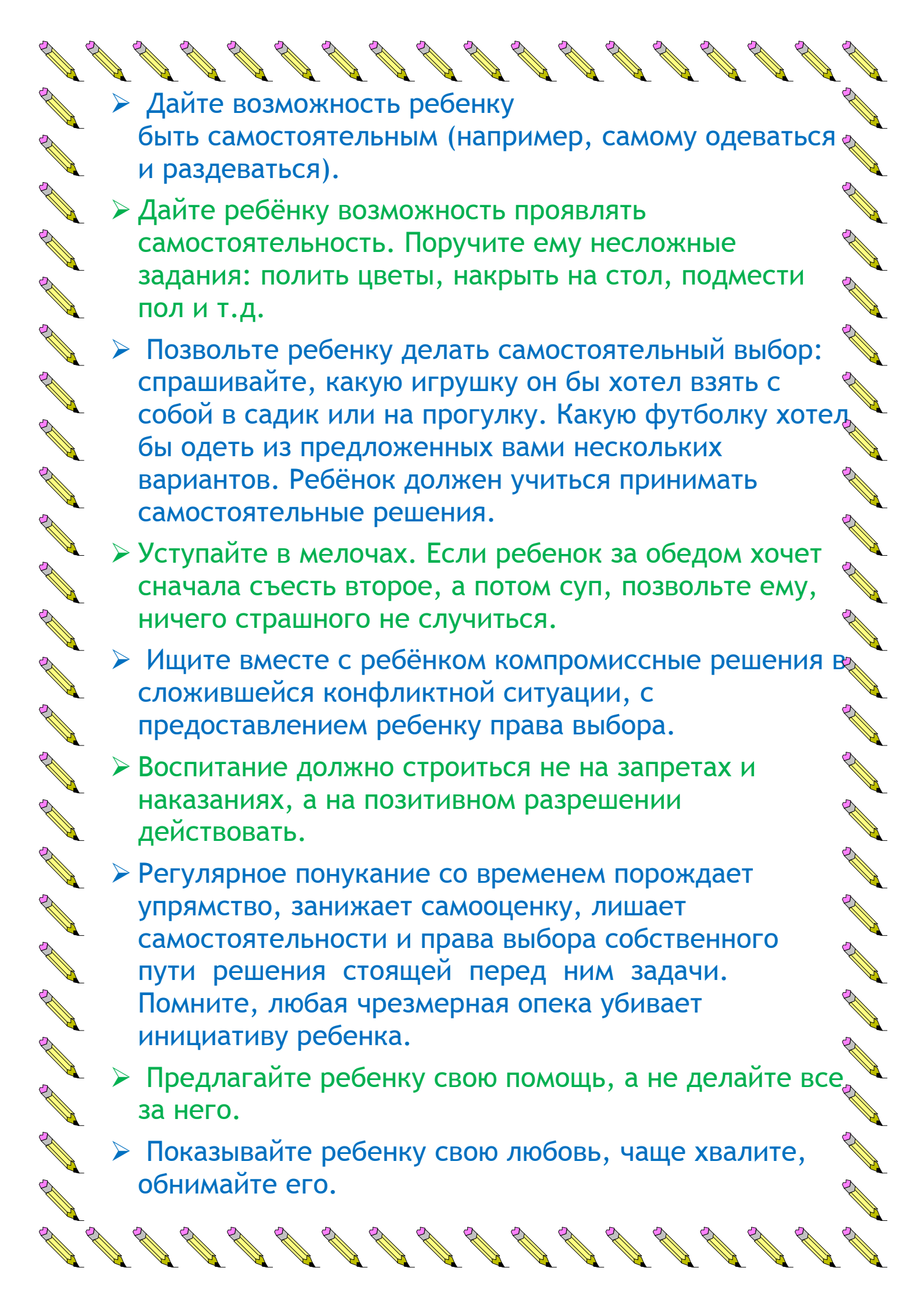
А не так, что сегодня можно поиграть, а завтра уже нельзя, потому что от такого непоследовательного поведения взрослых ребенок теряет.

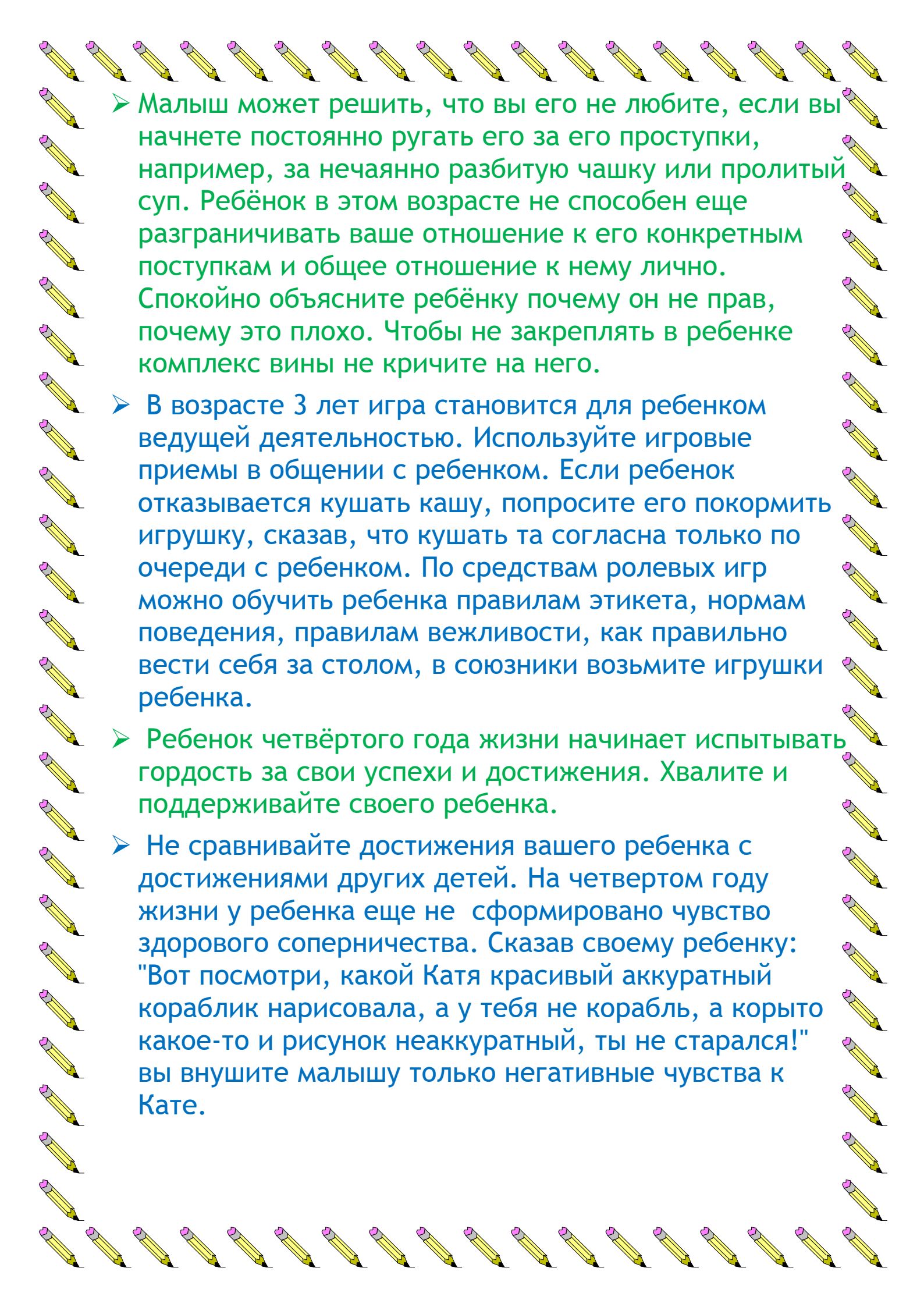
Он абсолютно не понимает родителя, почему вчера это было можно делать, а сегодня стало вдруг нельзя. И, естественно, он будет пытаться добиться своего, во что бы то ни стало.



Как помочь ребенку справиться с кризисом 3 лет:

- Не применяйте авторитарный стиль воспитания, откажитесь от гиперопеки.
- Придерживайтесь единой тактики воспитания. Детям следует предъявлять единые требования.
- Проявляйте чуткость и терпение.
- 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. Ребенок не должен усвоить, что криком, слезами и истерикой можно манипулировать родителями. Детей бьющихся в истерику не нужно наказывать. Ваш крик и ругань только усилят истерику. Ребёнок сам успокоится, когда поймет, что на вас его слезы не действуют.
- Старайтесь не спорить с ребёнком. Не пытайтесь силой переломить его упрямство. Помните, что ребенок проверяет вас. Раньше ребёнку было позволено практически всё, теперь же многое находится под запретом, в следствие чего ребенок пытается выстроить новую систему взаимоотношений со взрослыми и окружающим миром. Ребёнок учится на родителях отстаивать свою точку зрения, независимость.
- Не командуйте своим ребенком! Он этого не потерпит. Это лишь приведет к нервному напряжению.
- Поменьше вмешивайтесь и торопите его.
- За едой не уговаривайте - пусть ест сам. Выпустите из-за стола, как только он закончил есть.

- 
- Дайте возможность ребенку быть самостоятельным (например, самому одеваться и раздеваться).
 - Дайте ребёнку возможность проявлять самостоятельность. Поручите ему несложные задания: полить цветы, накрыть на стол, подмести пол и т.д.
 - Позвольте ребенку делать самостоятельный выбор: спрашивайте, какую игрушку он бы хотел взять с собой в садик или на прогулку. Какую футболку хотел бы одеть из предложенных вами нескольких вариантов. Ребёнок должен учиться принимать самостоятельные решения.
 - Уступайте в мелочах. Если ребенок за обедом хочет сначала съесть второе, а потом суп, позвольте ему, ничего страшного не случится.
 - Ищите вместе с ребёнком компромиссные решения в сложившейся конфликтной ситуации, с предоставлением ребенку права выбора.
 - Воспитание должно строиться не на запретах и наказаниях, а на позитивном разрешении действовать.
 - Регулярное понукание со временем порождает упрямство, занижает самооценку, лишает самостоятельности и права выбора собственного пути решения стоящей перед ним задачи. Помните, любая чрезмерная опека убивает инициативу ребенка.
 - Предлагайте ребенку свою помощь, а не делайте все за него.
 - Показывайте ребенку свою любовь, чаще хвалите, обнимайте его.

- 
- Малыш может решить, что вы его не любите, если вы начнете постоянно ругать его за его проступки, например, за нечаянно разбитую чашку или пролитый суп. Ребёнок в этом возрасте не способен еще разграничивать ваше отношение к его конкретным поступкам и общее отношение к нему лично. Спокойно объясните ребёнку почему он не прав, почему это плохо. Чтобы не закреплять в ребенке комплекс вины не кричите на него.
 - В возрасте 3 лет игра становится для ребенком ведущей деятельностью. Используйте игровые приемы в общении с ребенком. Если ребенок отказывается кушать кашу, попросите его покормить игрушку, сказав, что кушать та согласна только по очереди с ребенком. По средствам ролевых игр можно обучить ребенка правилам этикета, нормам поведения, правилам вежливости, как правильно вести себя за столом, в союзники возьмите игрушки ребенка.
 - Ребенок четвёртого года жизни начинает испытывать гордость за свои успехи и достижения. Хвалите и поддерживайте своего ребенка.
 - Не сравнивайте достижения вашего ребенка с достижениями других детей. На четвертом году жизни у ребенка еще не сформировано чувство здорового соперничества. Сказав своему ребенку: "Вот посмотри, какой Катя красивый аккуратный кораблик нарисовала, а у тебя не корабль, а корыто какое-то и рисунок неаккуратный, ты не старался!" вы внушите малышу только негативные чувства к Кате.

- Не следует ставить ребёнку общих оценок, типа: "растяпа", "плохорукий" и т.п. Ваши невзначай брошенные слова могут больно ранить ребенка и послужить основой для дальнейших психологических проблем. Поддерживайте в ребёнке уверенность, что он всё может сделать сам: "Молодец, у тебя почти получилось, давай я тебе немного помогу, и мы вместе всё сделаем правильно".
- Кризис 3 лет у детей - это период серьёзного испытания для родителей. Помните, что вы тоже когда-то были детьми. Если вам сложно в одиночку справиться с поведенческими проявлениями ребенка, не тяните, обратитесь к детскому психологу, он поможет вам восстановить мир в семье.

