

Когда начинается кризис 3 лет у ребенка?

Кризис трех лет не обязательно проявляется ровно в три года. Многое зависит от индивидуальных особенностей, развития и потенциала малыша. Однако чаще всего этот непростой период начинается в возрасте от двух с половиной до трех с половиной лет.

Сколько длится кризис 3 лет у ребенка?

Ни один специалист не способен дать точный ответ на этот вопрос, потому что продолжительность кризисного периода зависит от каждого отдельного случая – воспитания ребенка, усилий, прилагаемых родителями для преодоления трудного возраста. Однако в большинстве случаев ситуация стабилизируется к четырем годам.

Каковы причины детского кризиса 3 лет?

Первые три года ребенок физически и психически зависим от матери, он не отпускает ее ни на шаг, тяжело переживает разлуку. В этот период малыш впитывает в себя, как губка, огромное количество информации, которая непрерывно накапливается. Проходит время, малыш крепнет физически (уже ловко и уверенно управляет своим телом) и психически (его мозг достигает определенной стадии развития). Исследуя пространство, ребёнок видит результаты своей деятельности, приходит в восторг от осознания того, что может влиять на окружающий мир. Он подражает взрослым, использует их лексику, "примеряет" на себя разные роли, начинает играть в ролевые игры. Проявляет интерес к сверстникам и начинает взаимодействовать с детьми, играет в совместные игры с ними.

Его уверенность в себе достигает вселенского масштаба: «Ура! Я САМ это умею! Я САМ это могу! Я БОЛЬШОЙ, как мама и папа!». Ребенок начинает осознавать себя отдельной независимой личностью. Но многие желания ребенка не соответствуют его реальным возможностям (внутренний конфликт) – с одной стороны, а с другой - он сталкивается с постоянной опекой взрослых (внешний конфликт) - как раз именно здесь и происходит внутреннее противоречие между «хочу» и «могу». Эти процессы и являются так называемым «кризисом Я сам». Малыш стремится сам принимать решения! Он стремится не только что-то делать самостоятельно, но и самостоятельно решать, делать это или нет.

Как проявляется кризис 3 лет?

1. Негативизм или «Как скажете, лишь бы не так и то!»

Ребенок поступает вопреки не только родителям, но порой даже своему собственному желанию. Малыш отказывается выполнять просьбы не потому, что ему не хочется, а только потому, что его об этом попросили.

Например, мама предлагает идти на прогулку. Малыш, который обожает гулять, почему-то заявляет: «Не пойду!». Почему? Потому что это мама предложила идти гулять, а не он сам так решил!

Что делать?

Попробуйте вместо утвердительной формы "Идем гулять!" просто спросить малыша о его желании: «Сашенька, мы гулять пойдем?».

Часто спасает фраза "Давай вместе!". Например, ребёнок говорит: "Не буду умываться!" заменяем фразой "Давай вместе будем умываться!", а дальше задача сделать так, чтобы ему было интересно умываться. Например, читаем стишок "Водичка, водичка, умой мое личико..." или умываем мишку.

В некоторых ситуациях можно применить маленькую военную хитрость. Например, вместо вопроса, «Ты будешь кушать?», задайте вопрос, содержащий несколько вариантов для выбора, но на который нельзя ответить нет: «Ты будешь кушать гречневую кашу или рисовую?».

Ну, и совсем в крайних случаях, можно предложить ребенку сделать противоположное, с расчетом на то, что малыш из чувства негативизма сделает то, что надо. Например, скажите: "Гулять сегодня не пойдем!", тогда малыш будет настаивать на прогулке. Но часто прибегать к этому способу не стоит, так как это обман.

2. Строптивость или «*Нет – и всё!*»

Строптивость очень похожа на негативизм, но отличается тем, что не направлена на определенного человека - это протест против самого образа жизни. Ребенок отказывается выполнять требования взрослых, словно их не слышит (особенно это проявляется в семьях, где наблюдаются противоречия в воспитании: мама требует одно, папа – другое, а бабушка вообще все разрешает).

Что делать?

Отвлеките ребенка от того, что стало камнем преткновения, и через пять минут ребенок неожиданно согласится с Вашим предложением, забыв, что недавно возражал.

3. Упрямство или «*Я решил сам!*»

Когда ребенок упрямится, он настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал: "Я так решил!".

Например, малыш просит дать ему мяч. Но мяча нет, и мама предлагает ему замену, например, его любимую книжку. Малыш понимает, что книжка намного интереснее, чем мяч. Но все равно настаивает на своем: «Дай мяч!». Почему? Потому что это мама предложила книжку, а не он сам так решил.

Что делать?

Подождите несколько минут, зачастую малыш сам примет решение и попросит книжку. Удивительно, но факт!

4. Своеволие или «*Гордый карпуз*»

Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет. Безусловно, бывает удобнее сделать что-то за ребенка, ведь так быстрее. Но этим вы лишаете его радости от процесса деятельности. Присмотритесь к малышу, и Вы увидите гордость от собственной самостоятельности.

Что делать?

Позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это ему не по силам. Увы, но опыт приходит только в паре с ошибками.

И если у крохи что-то получилось, обязательно похвалите его, объясните, что именно он сделал хорошо, и подчеркните, какой он стал большой и самостоятельный. Такое признание успехов поднимает самооценку, придает уверенности в силах и удовлетворит потребность быть хорошим. Таким образом, формируется основа «системы Я», т.е. самой личности ребёнка!

5. Протест-бунт или «*Стройся, родитель, я – бунтарь!*»

Именно бунтом и протестом отвечает малыш на давление со стороны родителей, и их желание все решать за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Садись за стол!», "Одень тапочки!").

Бурная энергия ребенка должна найти выход в виде деятельности. А если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева, истерик).

Любому человеку (а ребенку и тем более) очень тяжело долго находиться в нервном напряжении, и если не наступает разрядка в виде эмоции или какой-либо деятельности, то возникает стресс и, как следствие, снижение иммунитета.

Ребенок, чью деятельность постоянно сдерживают родители, считая его поведение неправильным, будет искать другие пути освобождения от накопившегося напряжения. Например, в виде агрессии или онанизма.

Что делать?

Если малыш заходится в истерике, спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. А затем, предложите малышу порисовать, полепить, поиграть.

Что-либо объяснять во время истерики бесполезно. Так уж устроена психика человека. Во время проявления эмоций человеку трудно сосредоточиться на том, что ему говорят (это принцип доминанты - очаг возбуждения в головном мозге подавляет все остальные).

6. Обесценивание или «Прочь отсюда – игрушки, книжки...»

Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (он может бросать их, ломать) и к людям (малыш может стукнуть или обозвать маму грубыми словами). Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией).

Потом он поймет, что такое его поведение может быть неприятно другим людям. А пока... Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если...).

Что делать?

Направляйте энергию ребенка в мирное русло. Например, если малыш рвет книжку, предложите ему рвать старые журналы.

Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек.

Например, если малыш отказывается одеваться на прогулку, то предложите ему одеть куклу или плюшевого медведя, пусть он поиграет роль взрослого. Через некоторое время ребенок согласится одеться и сам тоже.

7. Деспотизм или «Я - здесь начальник!»

Малыш учится управлять окружающим миром, пытается заставить родителей делать то, что он хочет.

Необходимо понимать, что стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» – это хорошая черта характера, которая позволяет человеку быть самому хозяином своей жизни и как следствие - брать на себя ответственность за происходящее, а не быть ведомым другими людьми (это особенно ценно в подростковом возрасте, когда велика опасность влияния «дурных компаний»).

Что делать?

Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей – будьте непреклонны (безо всяких исключений).

Позволяйте малышу совершать ошибки, ведь сейчас ребенок учится исключительно на собственном опыте. Ему сложно понять объяснения взрослых.

Кризис трёх лет – прежде всего кризис социальных отношений, взаимоотношений личности ребенка и окружающих. И протекать остро он будет только в том случае, если взрослые, не замечая у малыша тенденции к самостоятельности, будут сохранять прежний тип отношений, устраивающий их, взрослых, но сдерживающий активность и самостоятельность детей.