

Кризис трех лет

Часто бывает так, что Ваш малыш резко изменил свое поведение. Из веселого, общительного ребенка он вдруг превратился в страшно капризного, обидчивого малыша. Возможно просто ему исполнилось 3 года и наступил тот самый кризис трех лет. В поведении детей дошкольного возраста часто можно увидеть признаки кризиса 3 лет. Кризис 3 лет необязательно посетит ребенка непосредственно в его третий день рождения. Период отрицания и упрямства может начаться за полгода до трехлетия или на полгода позже. Как понять, что Вы столкнулись именно с кризисом трех лет?

Вы столкнулись с кризисом 3 лет, если ребенок:

- постоянно проверяет границы дозволенного;
- устраивает истерики по любому поводу и без него;
- 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 все делать самостоятельно и по-своему: сам натягивает куртку, сам садится есть, если что-то не получается — закатывает истерику;
- не поддается переубеждению.



Что же происходит с ребенком в этом возрасте? В возрасте трех лет ребенок пытается отделять свое «я» от родительского. Он начинает осознавать себя отдельной самостоятельной личностью со своими желаниями, которые нужно отстаивать, так как он это умеет (истерика, крики, упрямство). Детский кризис 3 лет часто проявляется в демонстративном и даже

тираническом поведении ребенка: он устраивает истерики на пустом месте и не соглашается буквально ни с чем. Ребенок как будто специально хочет сделать назло, наоборот, вопреки желаниям родителей. Конечно, такое поведение вызывает у родителей недоумение и раздражение, но следует помнить, что ребенок упрямится и говорит «нет» не для того, чтобы вам досадить. Он просто не знает других способов утвердиться как личность. Пережить кризис трех лет ребенку должны помочь родители.

Как пережить кризис и помочь ребенку?

Не пытайтесь переделывать ребенка, воспитывать его и «ломать» под себя

Если у ребенка кризис 3 лет, советы родителям сводятся, по большому счету, к рекомендации соблюдать баланс. Не стоит как наказывать ребенка, так и поощрять его поведение. Лучше всего во время истерики попытаться переключить внимание упрямца на что-то другое, отвлеките его, а если не получается — просто переждите. Но когда ребенок успокоится, обязательно проговорите с ним случившееся, объясните, что любите его по-прежнему, но такое поведение вас очень расстроило и в обществе оно недопустимо.



Предоставьте ребенку возможность выбора

Ребенок хочет быть самостоятельным? Разрешите ему самому принимать решения. Не принуждайте съесть кашу и бутерброд, а спросите его мнение, спросите, что хочет ребенок: «Ты будешь кашу или бутерброд?» Если вы идете по делам, оставьте ребенку возможность поучаствовать в определении маршрута: «Мы сначала зайдем в магазин или в аптеку?»

Иногда можно сыграть от противного: если вам срочно нужно собрать ребенка в детский сад, а он отказывается одеваться, скажите, что в сад вы сегодня не пойдете. Ребенок из упрямства начнет кричать: «Нет,

пойдем!» Воспользуйтесь этим, но подчеркните, что сегодня вы выполняете его просьбу, а завтра он будет выполнять вашу.

Помогите ребенку принять себя

Ребенок должен поверить, что он хороший, несмотря на то, что он себя так ведет, не смотря на временные трудности с поведением. Хвалите ребенка, если он выполнил ваши поручения, обязательно подчеркивайте, что он послушный и у него все отлично получается.

Обратитесь к специалистам

Бывают такие ситуации, что родители сами не справляются с трудностями кризиса трех лет. Если вы не справляетесь с ситуацией, становитесь раздражительным, агрессивным или, наоборот, у вас опускаются руки, вам поможет наука психология. Кризис 3 лет — тема, на которой специализируются многие детские психологи, которые подскажут, как правильно себя вести, откуда черпать спокойствие и силы, а также поработают с самим ребенком.

Ваш ребенок взрослеет и на протяжении своей жизни еще не раз столкнется с кризисами определенного возраста. Кризис 3 лет возрастная психология считает начальной точкой на пути становления личности. Кризис 3 лет у ребенка надо просто переждать и пережить, как переживают грозу или ураган. И только родитель может помочь своему любимому малышу быстрее преодолеть этот сложный для него и окружающих период.



Желаем удачи!