

Во время **кризиса трех лет** складывается впечатление, что ребенок делает все наперекор. Прежние способы управления им больше не работают, малыш перестает слушаться. Это способно вывести из себя любого, даже самого терпеливого родителя.

Один из самых выдающихся отечественных психологов Л.С. Выготский описал **«семизвездие симптомов кризиса трех лет»:**

1. **Негативизм** — ребенок отказывается что-то делать только потому, что это предложил взрослый. Он стремится делать все наоборот, зачастую даже в ущерб собственным интересам.
2. **Упрямство** — ребенок настаивает на чем-то только лишь потому, что он сам этого потребовал. Если ребенок сильно хочет какую-нибудь игрушку и настойчиво ее добивается — это не упрямство. Если вы видите, что на самом деле ему не так уж и хочется чего-то, а он продолжает требовать только потому, что не хочет отступить от своих слов — вот это уже упрямство.
3. **Строптивость** — отрицание образа жизни, который сложился до 3-х лет, всего того, что он без проблем делал раньше. Ребенку не нравится, как его одевают, он бунтует против того, чтобы ходить за ручку, есть ложкой и т.п.
4. **Своеволие** — стремление к самостоятельности. Ребенок отказывается от помощи взрослых и пытается все сделать сам, даже если у него не очень получается.

5. **Протест-бунт** — поведение начинает носить протестующий характер. Ребенок постоянно конфликтует с близкими людьми.

6. **Обесценивание** — изменение отношения в первую очередь к родителям. Их личность словно обесценивается, ребенок может начать обзывать их, замахиваться с намерением ударить.

7. **Деспотизм** — попытки проявления абсолютной власти в отношении близких, особенно если это единственный ребенок в семье.

Все вышеперечисленное еще не означает, что ваш ребенок продемонстрирует полную картину негативного поведения, зачастую возникают только некоторые признаки кризиса, которые быстро преодолеваются. По сути, любой кризис явление скорее положительное. Это закономерный этап в развитии каждого человека, в ходе которого формируются необходимые качества личности.

Основной смысл кризиса в том, что ребенок психологически отделяется от родителей, все его поступки направлены на проявление и утверждение собственного «я». Дело в том, что эти попытки ребенка следовать собственным желаниям расцениваются взрослыми как нарушение установленных ими правил, в их глазах ребенок «плохо себя ведет». Плохо — это значит не так, как надо, не так, как было запланировано ими.

Ваш ребенок начинает осознавать себя в этом мире, свои действия, а вместе с ними и правила, по которым он живет. Нормы жизни

становятся предметом пристального внимания ребенка. Для того, чтобы норма была принята, она сначала подвергается экспериментированию — ребенок как бы проверяет границы действия этой нормы, где еще можно и как именно можно, а где уже нельзя и что за это будет. Поняв смысл правил, ребенок принимает их уже осознанно.

К 3-м годам возникает сознание «я сам» — «я сам могу», «я сам умею» (до этого ребенок говорил о себе в третьем лице). В связи с этим появляется желание действовать по собственному усмотрению, а не по чьему-либо требованию. Малыш хочет действовать самостоятельно, однако возможностей для этого у него еще мало.

Вместе с этим у ребенка зарождается самооценка, она выражается в стремлении быть хорошим и получать одобрение от родителей. У него появляется «гордость за достижения» — например, нарисовав что-нибудь, он тут же демонстрирует это родителям, ожидая похвалы. Отношение ребенка к себе, его самооценка, зависит от отношения родителей к нему. Через их оценку, ребенок начинает переживать чувство уверенности, успеха или неудачи — так у него формируется представление о своих возможностях.

Стремление отстаивать свое «я» с одной стороны и желание получать одобрение со стороны взрослых с другой создают некую непредсказуемость в поведении ребенка.

Что же делать, чтобы предупредить или сгладить возможные негативные проявления в поведении вашего ребенка?

1. Помните: **главное — терпение.** Результатом кризиса всегда является развитие, приобретение новых полезных качеств личности.
2. Определите, что ребенок вполне может делать самостоятельно, без вашей помощи — и предоставьте ему в этом свободу. Особенно если это касается самообслуживания: одевания-раздевания, мытья посуды, собирания игрушек и так далее. Даже если на это потребуется дополнительное время и вам придется перемыть за ним тарелку — все равно, поддерживайте его инициативу, в дальнейшем вам не придется заставлять его помогать вам по дому.
3. Хвалите его за конкретные поступки, за дела, которые он довел до конца. Приучать убирать игрушки можно и в игровой форме — например, предложить поставить машинки в гараж (коробку), чтобы им было тепло и уютно спать ночью.
4. Если ребенок провинился, обращайтесь его внимание именно на проступок — ребенок должен знать, что не он сам плохой, а то, что он поступил плохо. Не допускайте оценки личности ребенка в целом, например, «ты глупый», «неумеха» — помните, что ребенок смотрит на себя вашими глазами.

Он может искренне поверить в то, что у него «никогда ничего не получится и даже не будет пытаться чему-нибудь научиться».

5. Если ребенок бьется в истерике от того, что ему чего-то не разрешили — оставьте его одного, уйдите в другую комнату. Заодно вы сами успокоитесь и соберетесь с мыслями. Истерики всегда рассчитаны на зрителей, обычно они адресованы конкретному человеку. Оставшись один, ребенок теряет смысл плакать и успокаивается.
6. Пусть ваши запреты будут немногочисленны, но обоснованы. Трехлетнему малышу уже вполне можно объяснить смысл запретов. Не допускайте разногласий между членами семьи в отношении того, что ребенку можно разрешить, а чего нельзя. Требования должны быть едиными, чтобы ребенку легче было в них ориентироваться, разногласие в требованиях ведет к невротизации ребенка.
7. Если ребенок отказывается от ваших предложений, например, пойти гулять, сместите его внимание с самого факта прогулки на что-нибудь постороннее. Например, на то, в каком свитере он хочет пойти гулять — в синем или в красном. Или что приготовить на завтрак — кашу или оладушки? Необходимость сделать выбор отвлечет внимание ребенка от протеста. При этом тренируется способность принятия самостоятельного решения, пусть и в рамках, заданных вами.

КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

