

## Кризис 3-х лет. «Я сам!»

Развитие ребенка проходит неравномерно, то есть периоды спокойствия, накопления знаний и навыков сменяются скачками и острыми углами в развитии. В этот период происходит как физиологическое (рост ребенка увеличивается, меняются пропорции тела), так и психологические изменения. Какие существуют предпосылки у кризиса 3-х лет, на чем он основывается. К 3-м годам ребенок осваивает большое количество навыков (умеет ходить, кушать, одеваться, гигиенические навыки). И так как ребенок в этом возрасте не имеет критичности, то он начинает считать себя равным взрослому. То есть в этом возрасте ребенок всерьез считает, что если он палочкой мешает в мисочке песок, то варит настоящий суп, как мама. Повторюсь, это происходит из-за отсутствия критичности, ребенок не может оценить свои действия по настоящему. У ребенка отсутствует гибкость мышления, если он ожидал, что на прогулке будет кататься на горке, то попытки взрослого не допустить катания вызовут бурный протест, потому что ситуация будет не соответствовать ожиданиям ребенка.

Кризис 3-х лет у всех детей протекает по-разному, кто-то из родителей практически не замечает этот период у ребенка, а кто-то переживает его очень остро. Важно понимать родителям в период кризиса, что поведение ребенка является возрастной особенностью, а не результатом погрешности в воспитании и это не навсегда, кризисы заканчиваются. А вот как ребенок преодолеет кризис и какие психологические новообразования вынесет из него, на это взрослые могут повлиять.

Протекание кризиса зависит от особенностей нервной системы ребенка, его темперамента, например, есть дети, которые быстро переключаются, легко утешаются, а есть дети, которые быстро возбуждаются, а процессы торможения еще очень не зрелы и скандал может длиться долго. Также протекание кризиса зависит от поведения взрослых, провоцирует ли близкий взрослый такое поведение или помогает ребенку справиться.

В кризисе родители чаще всего обращают внимание на то, что составляет проблему. Например агрессивность ребенка, истерики, непослушание, нам родителям кажется, что ребенок специально пытается нас вывести из себя, он нами манипулирует и т.д. Нам видится злой умысел ребенка в этом поведении. Но дело в том, что для того, чтобы делать назло и манипулировать нужно уметь становиться на позицию другого человека и понимать что его может разозлить, как вызвать то или другое поведение в случае манипуляции. А у ребенка трех

лет и это научно доказано исследованиями ученых нет умения смотреть на ситуацию глазами другого человека. На самом деле во время истерики на ребенка обрушивается шквал собственных эмоций и ему в этот момент не до взрослых, даже если он говорит или делает что-то неприятное, это не направлено непосредственно на родителей, а всего лишь проявление его негативных эмоций. В этот момент воля ребенка сталкивается с ограничениями, предписаниями, в ответ на это ребенка захватывают бурные эмоции, с которыми он не может справиться.

Родителям важно понимать, что такие особенности поведения – это негативная сторона положительных изменений, направленных на приобретение волевых качеств, желаний, самоотношения, самостоятельности. В кризисе 3-х лет мы наблюдаем рождение Я-ребенка. Как правило, после кризиса ребенок начинает говорить о себе «Я». Самая главная задача, которую решает ребенок в кризисе 3-х лет – это умение отстаивать свое мнение и при этом сохранять хорошие отношения с окружающими. Ребенок должен научиться понимать, что все люди разные и все хотят разного и это нормально. Люди отстаивают свою точку зрения, ругаются, спорят и договариваются.

Отсюда можно вывести две ошибочные стратегии в воспитании ребенка.

1. Родители боятся скандалов и делают все, только бы он не плакал и не капризничал. Родители как будто сами находятся в роли ребенка. Эта ситуация очень тревожна для ребенка, если родители сами боятся.

2. Родители не могут выносить скандалов ребенка и стараются любым способом вплоть до рукоприкладства, крика остановить ребенка. Ребенок воспринимает эту ситуацию так, тот кто должен меня защищать и заботится почему-то угрожает мне. Она тоже очень тревожная для ребенка.

Некоторые возразят, что такие стратегии помогают. Это так, но хорошее поведение длиться не долго. Как правило, через какое-то время поведение ребенка повторяется. И кризис трех лет обостряется.

Какое поведение формируется у человека, если кризис 3-х пройден не правильно.

1. Человек предпочитает не соблюдать свои интересы, не отстаивать себя, лишь бы сохранить отношения.

2. Человек отстаивает свое мнение в угрозу отношениям, рвет отношения, если партнер не согласен с ним.

Какие общие стратегии в поведении родителей помогают преодолеть кризис.

1. Родителям необходимо понимать, что кризис 3-х лет, это явление временное и многие особенности в поведении ребенка не зависят от вашего воспитания, а являются возрастной нормой.

2. Когда воля ребенка сталкивается с волей родителя, ребенку важно понять, что родители перед его волей не пасуют, родители управляют ситуацией, а ребенок главным быть не может, так как это для него непосильная ноша. Родитель может прислушиваться к желаниям ребенка и в зависимости от обстоятельств соглашаться с ними или нет.

3. Родителю необходимо сохранять спокойствие и находиться в позиции заботливого родителя, самому не соскльзывать на уровень капризного ребенка. (Взрослый он знает, что будет лучше для ребенка)

4. Быть гибким в применении методов, не заикливаться на чем-то одном, применять разные стратегии в воспитании.

Таким образом, кризис трех лет закладывает важные качества для будущей жизни .