

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА

### КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ И КАК ЕГО ПРЕОДОЛЕТЬ

Привыкание к детскому саду совпадает с кризисным моментом в психическом развитии ребенка. К трем годам родители начинают замечать серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озадаченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, научиться многое делать самому и как-то решать свои проблемы. Без психологического отделения от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных ситуациях.

**Кризисы развития** — это относительно короткие (от нескольких месяцев до года-двух) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена периодов: относительно длительных и спокойных — стабильных и более коротких, бурных — критических, т. е. кризисы — это переходы между стабильными периодами.

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей.

И, наоборот, внешняя «бескризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманчивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих возрастных изменений.

**Таким образом, не, надо пугаться кризисных проявлений, опасны проблемы непонимания, возникающие в этот момент у родителей.** Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявления кризиса?

Как помочь ребенку выйти из него, не вынося в душе негативные качества: ведь упрямство — это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность — демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я»; эгоизм — в здоровом виде чувство «самости», собственное достоинство; агрессивность — крайняя форма чувства самозащиты; замкнутость — неадекватная форма проявления здоровой осторожности, то есть необходимых для выживания в обществе качеств. Ребенок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств, главная задача родителей и педагогов — не допустить закрепления их крайних проявлений.

### **Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:**

— Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

— Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5 — 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте — тоже вещь вполне нормальная.

— Пик упрямства приходится на 2,5—3 года жизни.

— Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

— Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

— В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых — до 19 раз!

— Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

### **Что могут сделать родители**

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.

Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете. Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку — это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно — взять его за руку и увести.

Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!» Ребенку только этого и нужно.

Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка и т. д.)!», «А что это там за окном ворона делает?» — подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризулю, он успокоится.

Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, здесь вам помогут фантазия, юмор и наблюдательность.