



## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### «Не хочу! Не буду! Не надо»: кризис трех лет

Достаточно спокойный в эмоциональном плане период развития с года до трех лет заканчивается. Впереди кризис трех лет. Ваш еще совсем недавно ласковый и послушный ребенок вдруг становится упрямым, истеричным, строптивым, словом, по мнению родителей, неуправляемым. Взрослые при этом зачастую не знают, как себя вести и что делать с этим маленьким упрямцем. Недаром известный педагог С.Соловейчик назвал этот период «большой волной с маленьким человечком».

Кризис трех лет – эмоционально очень тяжелый период развития, как для родителей, так и для самого ребенка. Изменяется поведение малыша, обостряется его стремление к самостоятельности, он начинает чувствовать себя независимым от взрослых. В чем же причины этих явлений? Как максимально безболезненно пережить время кризиса?

Уже отмечалось, что в это время ребенок становится более самостоятельным, независимым от родителей, начинает понимать, что уже многое он может сделать сам, без их помощи. Проявление самостоятельности связано с попыткой ребенка научиться жить и действовать самому, как отдельному, ни от кого не зависящему существу.

Одним из признаков этого является то, что малыш начинает говорить о себе в 1 лице. Если раньше вы слышали: «Маша хочет пить!», то теперь ребенок совершенно отчетливо произносит: «Я хочу пить!» Слово «Я» в его лексиконе становится одним из самых употребляемых. Вы только и слышите: «Я...я...я!». Это «Я» постепенно переходит в «Я сам!»

Это очень тонкий момент, на который следует обратить особое внимание. Внешние проявления кризисного поведения малыша связаны с его упрямством, негативизмом и строптивостью. Ребенок хочет быть хозяином своего поведения и настаивает на этом. Его упрямство – способ проявления собственной воли. Он не дает маме помочь одеть колготки, построить дом из кубиков, на прогулке тянет ее туда, куда хочется именно ему. На любое возражение может реагировать криком, слезами, нередко переходящими в настоящую истерику. Он часто отказывается от любого предложения взрослого – «Не хочу!», «Не буду!», «Не надо!».

Такая капризность ребенка – пока единственная возможность проявления своей значимости, а также возможность потребовать ее уважения от других. Он отрицает все, что исходит от взрослого.

Следует еще раз подчеркнуть, что такое тяжелое кризисное поведение – абсолютно нормальное поведение для трехлетнего ребенка.

Яркое проявление самостоятельности и самоутверждения ребенка – свидетельство того, что развитие идет в соответствии возрасту. Не стоит пугаться кризисного поведения, не стоит говорить ребенку, что он «плохой» или хуже других. Надо попытаться помочь ему преодолеть этот сложный период и смягчить проявление кризиса.

Так как же лучше реагировать на упрямство и капризы ребенка? Как помочь преодолеть кризис трех лет? Попробуйте воспользоваться следующими советами:

- Поощряйте самостоятельность и активность малыша. Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя;
- Установите границы активности малыша. Они должны определяться сферой его безопасности. Покажите ребенку зону «можно» и «нельзя».
- Будьте последовательны в своих требованиях. Если вы что-то не разрешаете ребенку, то стойте на своем до конца. В противном случае слезы и истерики станут для него удобным способом добиться своего;
- Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребенку одинаковые требования;
- Не пытайтесь ругать или уговаривать ребенка во время приступа упрямства. Скорее всего, он просто не обратит на вас внимание. Для любой истерики требуется зритель, и ваше особое внимание будет только на руку маленькому упрямцу;
- Во время приступа попытайтесь переключить внимание малыша, показав ему что-то новое и интересное. Подобные приемы могут отвлечь внимание капризули от плача и истерики. В противном случае, вы можете какое-то время не обращать на него внимание – истерика пройдет сама собой, ведь кричать и топтать ногами без зрителей совсем не интересно.

