

## **Консультация для родителей «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, удлинить психологическую «пуповину», научиться многое делать самому и как-то решать свои проблемы. Без психологической сепарации (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), ведь 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).

Взрослые способны понять, что с ними происходит, зная закономерности личностного развития. С появлением каких-то новых качеств взрослые могут сознательно утвердиться в них или примириться с новым личностным качеством.

Для детей же собственные ближайшие прошлое и будущее непонятны, остаются абстракцией. Современные семьи малочисленны, дети находятся в разновозрастных детских коллективах. Находясь преимущественно среди взрослых и сверстников, ребенок не чувствует и не видит, что с ним скоро будет, не понимает, что с ним происходит, не может оценить свое поведение, регулировать свои поступки и выражение эмоций.

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса, это вовсе не отрицательный показатель. 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 и педагогов.

Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявления кризиса? Как помочь ребенку выйти из него, не вынося негативные качества? Ведь упрямство — это крайняя степень проявления воли; 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 упрямятся и капризничать, то, вероятнее всего, речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности, 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.

Вспомните, как вы преодолели кризис трех лет, что вынес из него ваш ребенок. Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, здесь вам помогут фантазия, юмор и игры и упражнения.

Подготовила: Тимохова Наталья Николаевна, воспитатель дошкольного образования первой квалификационной категории