Составитель: Курбанова Лилия Рашитовна

 МАДОУ ЦРР – детский сад

**КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ**

Кажется, что в его лексиконе остались только две фразы… категоричное «Нет!!!» на любое предложение: пойти погулять, поесть, поспать, поиграть, почитать книжку…
…. и громкое и настойчивое – «Я – сам!!!»
…он кидается книжками и посудой, бьет маму, кричит ей: «Ты -плохая!!! Я тебя не люблю!!! Я хочу жить один!»
… падает на пол в истерике в магазине и пытается лягнуть осуждающе смотрящих на родителей («как плохо воспитали ребенка!») прохожих
…он делает все наоборот…
…он в состоянии войны со всем миром…
…он не управляем и легко впадает в ярость, поведение почти не поддается коррекции…
 Нет-нет, не подумайте, что это юный уголовник, или ребенок с психическими отклонениями, или педагогически запущенный тип.
*Это обычный ребенок, переживающий обычный кризис трех лет.*
 Не понятно, кому сложнее. Малышу в состоянии кризиса, или его родителям. Кажется, что близкие и дружеские отношения безвозвратно закончились, и отсюда тяжесть на сердце, чувство горечи и безысходности, слезы и бессонные от дум ночи.
 Наступает этот период у всех по-разному. У кого-то внезапно милый ребенок превращается в свою противоположность. У других – кризис одного года плавно перетекает в обострение вредности и негативизма двух лет, а уж потом наступает время ухудшения характера в три года. У кого-то все проходит в острой форме, у других - более сглажено. Но, если кризис первого года жизни может пройти незаметно, найти послушного трехлетку крайне сложно.
Временные рамки тоже широкие: от 2,5 до 4 лет.
 Но наберитесь терпения. Обычно после 4 лет все маленькие монстрики превращаются в существ, которые из всех своих сил пытаются жить в любви и мире с нами, родителями.
 А пока… Пока нам только остается хорошенько разобраться, что происходит с нашим ребенком и найти стратегию, которая позволит обоим сторонам выйти из этого периода с положительными результатами и здоровой психикой
 Итак, для начала представляю вашему вниманию «Великолепную семерку» признаков наступления кризиса трех лет:
1. НЕГАТИВИЗМ. Он будет очень голоден, но откажется от еды. Ему будет хотеться пойти гулять, но он не согласится пойти на улицу, когда вы это предложите. Будет вам противоречить по любому поводу, сделает наоборот, чтобы вы не предложили. Негативная реакция возникает просто потому, что это предложил взрослый.
2. УПРЯМСТВО. Он будет настаивать на чем-то только потому, что он потребовал это. Ему уже не нужны эта игрушка или апельсин, но он связан своим первоначальным решением и не может его изменить… «Ма-а-а-а-м-а-а-а-а-а, ну да-а-а-а-ай!!!!» Обычно упрямство распространяется в основном на близких взрослых. Ребенок бессознательно рассчитывает, что испытание близких не принесет ему серьезного ущерба.
3. СТРОПТИВОСТЬ. У вас уже сложился определенный ритм жизнь, правила, нормы. Едим и ложимся спать во столько, гуляем здесь, играем так, читаем это.. Ну вот теперь это можно забыть. Маленький строптивец будет протестовать против того, что уже сложилось и казалось таким постоянным, удобным, разумным и привычным.
4. СВОЕВОЛИЕ. «Я – сам!» протестует он против любой попытки ему помочь. Он стремится сделать все сам… даже то, что по определению пока ему не доступно. И только попробуйте ему не позволить этого…
5. ПРОТЕСТ и БУНТ. Военные действия и обострение конфликта со всеми: мамой, папой, дедушкой, бабушкой, милой соседкой по лестничной клетке… жаль, королевство маловато, развернуться негде.
6. ОБЕСЦЕНИВАНИЕ. Любимая игрушка разломана и брошена на пол. Может ругаться, дразнить или обзывать любимую маму или других членов семьи. Да и стукнуть может.
7. ДЕСПОТИЗМ. Он диктует, что он будет есть, что наденет на прогулку, где должна сидеть мама, может ли бабушка входить в комнату и какой галстук должен выбрать, собираясь на работу, папа. Он будет заставлять взрослых делать все, что он требует. По отношению к братьям и сестрам его деспотизм будет проявляться как ревность. Ведь он то знает, что на самом деле-то все они вообще не понятно кто в семье и не имеют никаких прав.

 И тут возникает закономерный вопрос – в чем смысл кризиса трех лет и почему все так происходит?

 На подходе к кризису у малыша появляется так скажем симптом-предвестник. У ребенка появляется острый интерес к своему отражению в зеркале. Он озадачивается своей внешностью, ему интересно как он выглядит в глазах других и очень остро реагирует на неудачу.
 Это – начало осознания себя отдельной независимой личностью. Да, раньше он удовлетворенно говорил о своем отражении в зеркале: «Это – Саша». Так, как его научили взрослые. А теперь он может сказать: «Это – я». И слова «Я», «Я хочу», «Я не хочу» наполнились смыслом.
Представляете, какого это – открыть, что «Я – есть». «Я – отдельно от других»?
 А как произошло это открытие?
 В процессе практической деятельности. Малыш накапливал и обобщал опыт и вдруг пришел к выводу, что он может влиять и изменять окружающий мир. Как мама или папа. Он – сам может это делать.
 Вот и появляется знаменитое «Я – сам». И если раньше движущей силой было желание узнать и обучаться новому, теперь – проверить, что он может сделать с окружающим миром. Попробовать свои силы, проверить возможности, утвердить себя.
 Для того чтобы утвердить свою личность, малыш начинает проявлять два стремления: к независимости (эмансипации) и проявлению своей воли.
 Конечно, в этих проявлениях он похож на неумелого водителя за рулем спортивной машины. Надо остановиться – изо всех сил жмет на тормоза… газует так, что машина прыгает вперед… в повороты не вписывается…

Чего, например, стоят действия «не хочу » (или «не действия») Это когда:
- Пойдем гулять
- Не хочу
- Ну, давай тогда останемся дома.
-Не хочу дома-а-а-а-а-а-а-а-а-а...

 То есть что бы вы не делали, малыш все равно будет недоволен… от вашего поведения все равно ничего не зависит.
 Но он пока тренируется… У всех у нас сначала не очень хорошо и ловко что-то новое получается.
Так в чем же тренируются юные упрямцы, что формируется в период кризиса трех лет :

1. Воля и связанные с ней чувство независимости и самостоятельности. Если не дать возможности сформироваться воле – ее место займут чувства стыда и неуверенности

2. Гордость за достижения. То есть способность настойчиво и целенаправленно стремиться к поставленной им цели, невзирая на сложности и неудачи. Только при этом очень важно, чтобы взрослые эту победу увидели и одобрили. Если же этого не произойдет – ценность достижения катастрофически падает… Также надо учитывать, что чувство гордости сочетается в этом возрасте с обостренным чувством собственного достоинства. И отсюда – повышенная обидчивость, эмоциональность и чувствительность к тому, насколько родители и другие важные для малыша люди признают его достижения.

3. Способность к обособлению, отделению от других. Тренирует эту способность он в тех же действиях, что и развивает самостоятельность. Ведь в момент своего детского противостояния он глубоко переживает чувство обособления… а иногда и отторжения со стороны взрослых, вызванных его «дурным поведением»

4. Чувствительность и сензитивность к чувствам других. Если я сделаю так – как отреагирует мама? А если вот так?… Постоянная проверка, наблюдения выводы… Таким образом (если родители помогут, конечно) юный исследователь человеческих отношений учится и навыкам позитивного общения, и приемлемым (читай – мирным) формам обособления от других.

5. Рефлексия. Он вообще только недавно открыл для себя то, что он – это он. Отдельный от других, могущий влиять на окружение. А теперь еще начинает сравнивать себя с другими. И отношение к себе зависит от собственных достижений.

6. Проводится проверка границ дозволенного. Ага, если начать истерику в людном месте – мама сломается. А вот это – незыблемо. Даже не стоит и пробовать… Постоянное выяснение что «можно» и что «нельзя».

**Что же делать родителям?**

Прежде всего, давайте учитывать, что:
1. Он не плохой, он по другому пока не может и не умеет. Как раз и учится сейчас.
2. Тактику и стратегию общения с ребенком надо менять. Обращаться с ним по-старому, как было до кризиса, когда он был «маленьким», уже не получится. Это только усилят и негативизм, и упрямство. Ведь как раз против этих отношений малыш и протестует. Он уже из них вырос. И именно взрослому (а кому же еще?) нужно искать выходы из каждого нового случая противостояния. Проявлять гибкость и творчество:)
3. Важно не впасть в дисциплинарный экстаз, начать «ломать» ребенка, выяснять, кто сильнее и чье слово будет последним. Конечно, у взрослого больше шансов победить – он же большой и сильный. Но вот цена этой победы…
**Ну а теперь – конкретные рекомендации.**

1. Продолжу аналогию с неумелым начинающим водителем за рулем гоночного болида. Сможет ли он в конце-концов научиться им управлять, если будет слышать: «Ты так быстро не езди! Куда ты разогнался больше 40км/ч - разобьешься! Не обгоняй эту машину, тихонечко за ней поезжай и все… Рано тебе еще…Зачем тебе правила дорожного движения учить?! Я с тобой буду всегда ездить и все тебе скажу, что тебе надо знать!»
 Поэтому, хочет ребенок сделать сам – дайте ему возможность. Даже в том, что у него заведомо не может получиться, потому что пока он все же маленький. Мы же учимся методом проб и ошибок. Пускай он совершает свои у вас под присмотром. Последнее – это для обеспечения безопасности. И если он не просит о помощи – не вмешивайтесь в его детские дела.
 А если получилось – обязательно похвалите : отметьте что именно он сделал здорово, в чем был залог его успеха и как вы этому рады. То есть похвалите правильно.

2. Определите несколько неизменных правил, которые обеспечивают безопасность ребенка и окружающих. Их должно быть немного. Нельзя играть на проезжей части, надо спать днем… А во всех остальных случаях – действуйте гибко. Как именно – это уже сфера для проб и ошибок родителей. Но кто же лучше вас знает, что будет сработать с вашим малышом?
- попытка переключить внимание? Оно пока у малышей неустойчиво и яркое новое событие или вещь могут заставить его забыть о предыдущей просьбе
- или малыша иногда можно просто схватить в охапку, закружить, завертеть
- может, сработает прием «Давай вместе»? Пойдем вместе умываться, да еще и мишку захватим…
- попросить его о помощи: » У меня не получается… Помоги мне, солнышко»
- или оставить ему свободу выбора, но в вами заданных рамках: «Ты будешь есть макароны или кашу? » А из какой тарелки – из синей или с корабликами? Гулять будем во дворе или пойдем в парк?»
- возможно, просто отступить на какое-то время: не хочешь есть- не надо. Пускай сам созреет для самостоятельного решения по этому же самому поводу. Не с голоду же помирать… или вечно дома сидеть… или книжки совсем не читать…
- предложите безопасную замену в случае негативного действия. Рвет книжки? А в ответ: «Ой, как интересно бумагу рвать. А я думаю, что газеты еще интереснее. Надо попробовать… так, где они у нас лежат, не помню… Саша, ты не помнишь?…»

3. Обращайтесь с ребенком, как с равным. Спрашивайте его мнение, просите разрешения воспользоваться его вещами, говорите «спасибо» в ответ на его услуги… Так вы не только снизите его желание упрямствовать, но и покажете хороший пример для подражания.

4. Ну, а если говорить про истерики. Куда уж без них… И лучше в местах людных… публика, зрители, внимание обеспечено.
 Если в более ранние годы жизни причиной истерики малыша были усталость или перевозбуждение, то сейчас – это способ манипуляции.
 Поэтому на требование мы твердо и уверенно говорим «НЕТ» и лишаем ребенка внимания. Отводим взгляд или отворачиваемся… глубоко дышим… начинаем подсчитывать сколько коробок с печеньем на магазинной полке или внутренне петь песню…. напоминаем себе, что мнение прохожих о воспитанности нашего ребенка или наших родительских качествах – это последняя вещь, которая может нас заботить…
 Увещевать ребенка, пытаться ему объяснить что-либо абсолютно бессмысленно. Он все равно вас не слышит. Можно сказать: «Когда ты кричишь, я все равно тебя не понимаю».
 Остается только дать ему закончить истерику самостоятельно и не дать ему получить то, чего он таким образом добивается – внимания, вещи, действия от вас. Только помните, что крики, шлепки – это тоже внимание. Пускай негативное, но хоть что-то. Поэтому если вы уступите или он получит внимание – будет использовать этот инструмент воздействия и дальше.

Особые мастера истерик падают на пол особенно грамотно: в лужу или посреди толпы людей. В таком случае аккуратно переносим строптивца в более сухое или менее людное место и кладем в такую же позицию, как брали.
 Успокоился? Вот и отлично. Нотаций не читаем, не ругаем. Гораздо продуктивнее использовать сообщение о своих чувствах: «Мне всегда очень стыдно, когда мой сын падает на пол в магазине и кричит».
 Ну и если поведение вашего ребенка иногда сводит вас с ума, может мысль о том, что это скоро пройдет, вас утешит. Зато сейчас а вы вместе с малышом закладываете основы для формирования его личности. Существует точка зрения, что если кризис трех лет протекает вяло, незаметно, то это может говорить о задержке в развитии аффективной и волевой сторон личности.



Интернет источник:

[http://u-sovenka.ru/Razvitie-1-3-goda](http://u-sovenka.ru/Razvitie-1-3-goda/Sekretyi-vospitaniya/krizis-3-let-u-detey-kak-peregit-352.html)

http://www.psilib.ru/lomteva/vozupr.php