

Кризис 3 лет» - что это?



В жизни каждого ребенка бывает момент, когда он вдруг из очаровательного карапуза превращается в «нехочуху» и «вредину». Это типичные признаки «кризиса 3-х лет».

За внешне негативной формой кризиса стоит более чем позитивное содержание — самоутверждение себя в этом мире. В три года дети начинают сравнивать себя со взрослыми и хотят во всем быть похожими на них. Если до 2 лет ребенок говорил о себе в третьем лице, то сейчас начинается — «Я», «Я хочу», «Я не хочу!». Это значит, что ребенок начал осознавать себя как личность, как отдельную часть и стремится сообщить об этом всему миру. Дети хотят от родителей признания своей независимости и самостоятельности, хотят, чтобы с ним советовались и учитывали их мнение, уже сегодня, сейчас хотят быть взрослым: «Я сам!».

Если в младенчестве ребенок заявлял о своих потребностях только криком (и мы же старались его понимать, не наказывали), то сейчас его язык принял другую форму. Просто эта форма самовыражения не укладывается в наши привычные рамки. Мы можем воспринимать капризы, требования, топание ногами и визг как негатив, но нужно понять, что ребенок и сам не осознает того, что с ним происходит. Он не намеренно «действует на нервы», он просто пытается донести до нас о своих потребностях своим, доступным ему, языком.

Чтобы понять, как правильно действовать в период кризиса, нужно разобраться в его причинах.

Любой кризис - это внутреннее противоречие между «хочу» и «могу». В данном возрасте малыш становится самостоятельным, но не все ещё может сделать сам и постоянно сталкивается с опекой взрослых. От этого, у ребенка возникает вопрос, что делать в такой ситуации? Сопротивляться или смириться? Зачастую, малыш сопротивляется как может. Это сопротивление выражается в достаточно ярких проявлениях. Существуют семь основных симптомов кризиса, а именно:

Негативизм, строптивость.

К примеру, часто это проявляется в отношении ребенка к пище: дома ребенок отказывается от определенного продукта, но, когда этим же продуктом его угощают другие люди, он спокойно и с удовольствием ест.

Что делать?

Например, вместо вопроса, «Ты будешь кушать?», задайте вопрос: «Ты будешь кушать гречневую кашу или рисовую?»

Упрямство

Например, малыш просит дать ему мяч. Но мяча нет, и мама предлагает ему замену, например, его любимую книжку. Малыш понимает, что книжка намного интереснее, чем мяч. Но все равно настаивает на своем: «Дай мяч!» Почему? Потому что это мама предложила книжку, а не он сам так решил

Что делать?

Просто подождите несколько минут.

Малыш сам созреет, и сам примет решение – попросит книжку.

Своеволие

Бывает удобнее сделать что-то за ребенка, ведь так быстрее. Но этим вы лишите его радости от процесса деятельности.

Что делать?

Позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это ему не по силам. Опыт – сын ошибок трудных. Но если у крохи что-то получилось, обязательно похвалите его, объясните, что именно он сделал хорошо, и подчеркните, какой он стал большой и самостоятельный. Такое признание успехов поднимает самооценку, придает уверенности в силах.

Протест, бунт

Бурная энергия ребенка должна найти выход в виде деятельности. А если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева, истерик). Чаще давайте ребёнку права выбора, ограничивайте высказывания «не кричи», «не балуйся», «не беги». Перефразируйте их. «Давай скажешь тише», «пойдём медленнее, я за тобой не успеваю». Если малыш очень сильно чего-то захотел и заходится в истерике, спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. Что-либо объяснять во время истерики бесполезно.

Обесценивание

Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией). Потом он поймет, что такое его поведение может быть неприятно другим людям. А пока... Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если...)

Что делать? Направляйте энергию ребенка в мирное русло. Например, если малыш рвет книжку, предложите ему рвать старые журналы. Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек.

Деспотизм

По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм может проявляться как ревность. Например, ребенок может забирать игрушки, одежду, толкать, замахиваться. Необходимо понимать, что стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» - это хорошая черта характера, которая помогает человеку быть хозяином жизни, а не слабовольной овечкой, ведомой другими людьми.

Что делать?

Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей – будьте непреклонны.

Не стоит реагировать на капризы негативно.

В такие моменты смотрите на ребенка с пониманием и участием, помните — ребенок переживает период роста. Задача родителей - не подавить или устранить различные проявления ребенка, а помочь ему направить их в нужное русло, помочь ему выработать сильные качества.

Если подвести итог и задать себе главный вопрос «Что делать родителям?», то на него с уверенностью можно ответить следующим образом:

- Сменить тактику и стратегию общения с ребенком, признать, что он взрослый (ну почти!), уважать его мнение и стремление к самостоятельности.
- Постоянно предлагать выбор (либо иллюзию выбора - такая вот хитрость во благо всем).
- Не заставлять, а просить помочь.
- Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой.
- Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша.
- Разговаривайте с ним, как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.
- Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

Помните, ласковые слова, они словно поглаживания для ребенка и вообще для человека!

