

Кризис трёх лет: как договориться с ребёнком.

Кризис трех лет - один из самых ярких по проявлениям кризисов детства, нередко застающий родителей врасплох. Кажется, еще вчера ваш малыш был милым и послушным, как вдруг перед вами новое испытание - ребенка как подменили. Он капризничает, упрямится, с ним трудно даже договориться в тех ситуациях, в которых раньше достаточно было просто попросить или даже указать на то, что нужно делать.

Что же случилось с хорошим ребенком? Чтобы ответить на этот вопрос, давайте попробуем разобраться в сути и причинах кризиса трех лет.

Кризис трех лет начинается примерно в 2,5 года и заканчивается в 3,5. Считается одним из самых сложных, но важных и нужных этапов развития и становления личности ребенка и характеризуется целым рядом поведенческих проявлений, которые получили особое название - "семизвездие кризиса трех лет".

7 основных симптомов этого возраста.

1.Негативизм. На ВСЕ предложения взрослых ребенок заведомо отвечает отказом. Ребенок отвечает отказом только потому, что предложение исходит от взрослого.

2. Упрямство. Малыш настаивает на чем-то только потому, что он сам это предложил.

3. Строптивость. Малыш вдруг восстает против обычных дел, которые раньше выполнял без проблем. Категорически отказывается умываться, есть, гулять и т.д.

4.Своеволие. Теперь всегда на первый план выходит «Я сам!». Он норовит делать сам все, что умеет и не умеет. Много пока не получается, он понимает, что нужно обратиться за помощью к взрослому, но гордость не позволяет, ведь он и сам уже взрослый!

5.Протест, бунт. Малыш со всеми идет на конфликт, причем родителям кажется, что он делает на зло.

6. Обесценивание. Резкое изменение отношения ребёнка к игрушкам, к близким взрослым, обесценивание их личности.

Демонстративно ломает игрушки, выворачивает косметичку и рисует лучшей маминной помадой по стенам. Может использовать в речи грубые слова, услышанные где-то. Тем самым он напоминает: «Я здесь главный!».

7. Деспотизм и ревность. Ребёнок стремится подавить окружающих. Требуется постоянного внимания к себе, ревность и агрессия к брату или сестре. Если в семье есть другие дети, малыш будет назло выбрасывать их игрушки, сталкивать «соперника» с маминых коленей.

Что в это время происходит с ребенком?

Кризис третьего года жизни - это период, когда ребенок впервые начинает осознавать: он подрос и тоже уже кое-что собой представляет, может влиять на других людей и обстоятельства, сам решать, как ему поступать, что он хочет и не хочет. Он чувствует себя большим и требует соответствующего отношения и уважения! А мы, родители, по-прежнему диктуем и командуем - что надеть, когда есть и спать, чем играть и что делать. Потому и рождается бунт: я все решаю сам! Причем завоевание права

на самоопределение проходит не только в борьбе со взрослыми, но и с самим собой. Родителям бесконечно тяжело выдерживать упрямство, крики, истерики. Но помните: вашему малышу гораздо тяжелее в этих своих противоречиях! Он не осознает, что с ним происходит, и не властен над своими эмоциями (не в состоянии ими управлять).

Как себя вести, чтобы победителями вышли все?

- Сменить тактику и стратегию общения с ребенком: пора признать, что он взрослый (ну почти!), уважать его мнение и стремление к самостоятельности. Не надо делать за ребенка то, что он может сделать сам, пусть как можно больше пробует - все, что не опасно для жизни: моет пол, накрывает на стол, стирает.
- Постоянно предлагать выбор (либо иллюзию выбора - такая вот хитрость во благо всем). Скажем, мама знает - пора на прогулку, и предлагает: «Мы гулять пойдем пешком по ступенькам или на лифте?».
- Не заставлять, а просить помочь: «Переведи меня за руку через дорогу, а то мне страшно». И вот уже ребёнок крепко цепляет маму за руку - ситуация под контролем и без конфликта.
- Рассчитывать, что ребенку на все надо больше времени, чем взрослому, ведь у него пока другие тип нервной системы и ритм жизни. Скажем, маме надо несколько минут, чтобы одеться самой и одеть ребенка, но ведь он теперь одевается сам - значит начинать процесс надо на полчаса раньше.
- На ультимативное требование говорим твердое и жесткое «Нет!». И отворачиваемся. Главное, сохранить внешнее спокойствие и бесстрашность - как бы тяжело это ни давалось. Малыш кричит, падает на пол, стучит ногами, прохожие смотрят осуждающе... Придется терпеть. Пойдешь на поводу - и истерика станет у ребенка привычным инструментом достижения цели в общении с родителями.
- Если малыш демонстративно упал в лужу или на проезжую часть, берем в охапку, переносим в безопасное местечко и кладем как взяли - пусть там покричит. Увещевания в такой момент не помогут - придется просто подождать, когда буря минует.
- Наконец малыш успокоился. Заодно понял, что метод не работает. Не критикуйте его: «Чего ты орал, мне стыдно, на тебя люди смотрят...». Лучше скажите с горечью: «Мне жаль, что ты не сдержался...» или «Я так сердита, мне даже хочется на тебя покричать!». Такие фразы учат ребенка выражать свои эмоции.

Кризис трех лет должен состояться в жизни каждого ребенка обязательно. Если его нет, с малышом что-то не так. Кризис - это хорошо! Да, вас ждет трудный период, но он определяет новую ступень развития ребенка. И поэтому, уважаемые родители, от вас требуется терпение, выдержка и правильно выбранная тактика в общении со своим ребёнком.