

Кризис детей дошкольного возраста 3 - лет

Первые признаки кризиса нередко можно заметить уже в 1,5 года, а пик его приходится на возраст около трёх лет (2,5-3,5 года).

У малышей он может проявляться по-разному, но основными «симптомами» являются крайнее упрямство, негативизм и своеволие.

Малыш отказывается ложиться спать, не хочет сам одеваться, убирать игрушки. Капризничает – «Я хотел пойти другой дорогой!» (Когда пройдено уже половина пути и свернуть на другую дорогу уже нет возможности). Кричит и топает ногами, если родители не выполняют любую его просьбу. Нередко такое поведение ребенка застаёт родителей врасплох. Еще вчера ребенок с удовольствием выполнял все несложные поручения, и вдруг он начинает все делать «наоборот» - убегает, когда его зовут, раздевается, когда просят одеться теплее. Порою, кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Не зная, как реагировать на детские истерики и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся.

Как реагировать родителям?

Что делать родителям, если ребенок ведет себя вызывающе?

В первую очередь, не стоит заострять внимание на плохом поведении ребенка, и тем более пытаться сломить его. Это не приведет ни к чему хорошему. Но и впадать в другую крайность – вседозволенность, тоже нельзя. Ребенок не должен решить, что истерика – это надежный способ добиться своего. Самое мудрое, что могут сделать родители в данной ситуации – отвлечь ребенка, переключить его внимание на что-то другое. Например, предложить почитать ему любимую книжку или вместе поиграть в какую-нибудь игру. Конечно, если ребенок уже достиг пика истерики, это не сработает. В этом случае приступ детского гнева нужно просто переждать. Если вы находитесь дома – твердо скажите ребенку, что вы поговорите с ним, когда он остынет, и займитесь своими делами. Оставайтесь спокойны, как бы трудно это ни было. После этого объясните ребенку, что вы его очень любите, но капризами он ничего не добьется.

Если истерика случилась на улице или в магазине (а дети любят работать на публику), по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место.

Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет». Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас пойдем гулять», а создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?», «Мы будем играть в песочнице или пойдем на горку?».

Помогите ребенку справиться с кризисом кризис трех лет Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее. Он не понимает, что с ним происходит, и не в состоянии контролировать свое поведение. И ему нужна ваша поддержка. Не забывайте хвалить малышек за хорошее поведение и поощряйте самостоятельность «Олечка молодец! Маленькие детишки не умеют убирать за собой игрушки, а Олечка умеет», расскажите бабушке или папе, пришедшему с работы: «Сегодня Олечка такая умница – сама днем спать легла». Это поможет сформировать у ребенка положительный образ себя. Реакция родителей на капризы ребенка при кризисе 3 лет - очень важный вопрос. Конечно, упрямство любимого чада огорчает родителей, испытывая их нервы на прочность.

Трехлетка настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабину или наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию на, казалось бы, простую просьбу. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации и даже если очень сложно – держите себя в руках. Ведь кризис 3 лет у ребенка – это вовсе не проявление вредности или негативной наследственности, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение силы воли и собственной значимости. Это жизненный этап, опыт, без которого невозможно становление личности ребенка. Кризис трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот год: терпение, терпение и терпение!

На третьем году жизни у детей обычно проявляется кризис, который выражается в упрямстве, «скандальном» поведении и негативном отношении к взрослым. Самая популярная фраза в этом возрасте «Я сам!».

Давайте попробуем разобраться, в чём суть этого кризиса, как он проявляется и чем можно помочь ребёнку.

Прежде всего, хочется отметить, что это необходимый для развития кризис. Так или иначе, все дети проходят через него. Кризисы помогают нам перейти на новую ступеньку развития. Кризис 3 лет – это важный этап в становлении психического развития ребёнка. Это кризис социальных отношений ребёнка.

Кризис может быть, как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит – радуйтесь, - ваш ребёнок развивается нормально.

Что делать при кризисе 3-х лет

Предоставьте ребёнку самостоятельность. Пусть посильные дела делает сам. Предусматривайте в своём расписании запас времени на самостоятельные попытки ребёнка сделать то, что вы собирались сделать сами.

Родителям стоит научиться переключать внимание ребёнка. Если вы предполагаете поехать в гости к бабушке и ожидаете, что это предложение ребёнок встретит отрицательно, то предложите ребёнку выбрать наряд, в котором он поедет. В результате внимание ребёнка будет сконцентрировано не на решении, ехать к бабушке, или нет, а на выборе наряда, в котором он поедет. Или вместо того, чтобы сказать ребёнку: «Сейчас мы пойдём гулять», можно спросить: «Мы пойдём гулять на детскую площадку или в парк?».

Негативизм ребёнка можно использовать в своих целях. Например, если вы хотите пойти с ребёнком на прогулку, то можно предложить ему остаться дома. Ребёнок, естественно, вам возразит и скажет: «Нет! Пойдём гулять!».

Если ребёнок начал капризничать, отвлеките его.

Поощряйте инициативу и самостоятельность малыша. Если ребёнок пытается начать делать то, что ему пока не под силу, помогите ему. Научившись выполнять что-то в сотрудничестве со взрослым, вскоре ребёнок это сможет делать самостоятельно.

Почаще пересматривайте свои требования к ребёнку. Возможно, некоторые уже неактуальны.

Не акцентируйте внимание на капризах и истериках ребёнка. Во время истерики не стоит удовлетворять требование ребёнка (иначе такое поведение ребёнок будет демонстрировать всё чаще и по меньшим поводам). Если начать ругать ребёнка во время подобной истерики, то это только усугубит кризис. Поэтому в такие моменты постарайтесь переключить внимание ребёнка на что-то другое и не замечайте его истерик. Просто продолжайте выполнять свои дела. Не видя вашей ответной реакции, ребёнок быстро успокоится.

Периодически просите малыша вам в чём-нибудь помочь. Это поможет ему стать самостоятельнее и ответственнее. Плюс, это будет являться хорошим примером социального взаимодействия между людьми.

Не забывайте про творчество – больше рисуйте с ребёнком, лепите из пластилина, вместе делайте поделки, играйте в песок. Творчество очень хорошо помогает справиться с эмоциями.

Режим дня полезен для структурирования жизни ребёнка. Он помогает формировать волю, которая так нужна для овладения своим поведением. Режим дня можно наглядно отразить на плакате в виде пиктограмм. Иногда родители поступают так: скручивают лист ватмана в трубочку. На этой трубочки в виде пиктограмм рисуют последовательность действий. Из другого листа бумаги делают кольцо большего диаметра. Его используют для отражения текущей позиции.

Ведите себя с малышом как с равным вам человеком. Благодарите его за помощь. Спрашивайте разрешение, когда хотите взять его игрушку.

Относитесь к ребёнку не как начальник-подчинённый, а как к равному партнёру. Уважайте личность ребёнка. Ребёнок в этом возрасте хочет, чтобы родители знали, что рядом с ними находится не ребёнок, а взрослый человек.

Признайте право ребёнка на совершение ошибок. Если вы видите, что ребёнок что-то делает неправильно, не нужно тут же вмешиваться и показывать, как правильно. На ошибках учатся.

Иногда родителям всё же нужно сказать резкое «нет». Это необходимо делать, когда действия ребёнка нарушают технику безопасности, например, если ребёнок засовывает ножницы в розетку или поворачивает ручки газовой плиты.

Не ждите, что ваши рациональные объяснения различных запретов ребёнок поймёт с первого раза.

Запаситесь терпением.

Желание ребёнка быть взрослым можно использовать в своих целях. Например, если нужно перейти дорогу, то можно попросить ребёнка вас перевести. Это намного лучше стандартного: «Так, дай сюда руку, сейчас будем переходить дорогу». В первом случае все останутся довольными, а во втором случае вы подпортите настроение ребёнку (а он вскоре вам).

Если ребёнок начал истерику в людном месте (а дети любят работать на публику), то лучше всего его перенести в другое, менее людное место. Например, если ребёнок на детской площадке лёг на землю и стучит кулаками (в истерике), то лучше его взять и перенести в сторону. Там его следует положить в такое же положение и подождать пока истерика закончится (если вы не будете реагировать на истерику, то она быстро закончится). Во время подобных истерик бесполезно что-либо объяснять ребёнку. Дождитесь окончания.

Следите за собой. Многие слова и поступки ребёнок копирует у своих родителей.

Используйте игровой момент. Например, если ребёнок не хочет есть, возьмите куклу. Кормите их по очереди. Или пусть кукла попросит ребёнка проверить, не горячий ли суп. Кстати, приблизительно в 3 года ролевые игры становятся ведущими у детей. Это значит, что ребёнок в рамках игры может вживаться в разные роли. Для родителей игра может быть хорошим способом заинтересовать ребёнка в выполнении какого-либо дела. Например, ребёнок может не хотеть идти гулять. Но пойти выгуливать любимого мишку он согласится с удовольствием.

Озвучивайте для ребёнка его переживания и чувства и свои чувства, и отношение к его ситуациям. Это позволит ему лучше понять свои чувства и увидеть, что вы понимаете его состояние. Если вы видите, что ребёнок упал и плачет, скажите ему, что он упал, ударился, ему больно, и поэтому он плачет. Если ребёнок играл и сломал любимую игрушку, скажите: «Ты расстроился из-за того, что сломал игрушку. Тебе жаль её. Поэтому ты заплакал». Если ребёнок радуется тому, что у него получилось что-то сделать, так и скажите: «Ты нарисовал хороший рисунок и очень рад. Тебе приятно, что ты смог нарисовать такой рисунок. Ты гордишься». И так далее. Озвучивание эмоций и чувств поможет ребёнку разобраться в них и лучше понять себя.

Любите ребёнка не за что-то, а просто так. Любите его всяким: и счастливым, и заплаканным, и во время истерик, и во время достижений, и настойчивым, и упрямым. Любите и принимайте его всегда таким какой он есть. Пусть он это знает и видит.