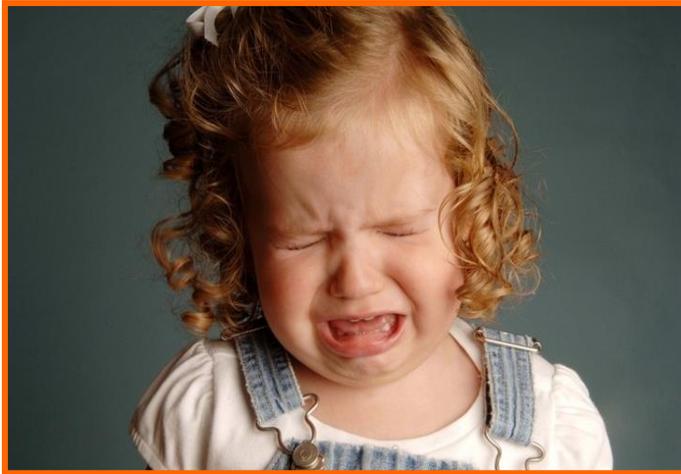




КРИЗИС ТРЁХ ЛЕТ – КАК ПЕРЕЖИТЬ?



Три года – возраст, когда ребёнку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным! Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности. Ярко выраженная особенность данного периода – кризис трёх лет. У малышек он может проявляться по-разному, но основными «симптомами» являются

крайнее упрямство, негативизм и своеволие. Ребёнок 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 выполнят любую его просьбу. Порою кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Нередко такое поведение ребёнка застает родителей врасплох.

Данный период наступает у разных детей в разное время, у кого-то за полгода до трех лет, у кого-то - и в возрасте четырех лет. Точно так же он может и протекать различным образом. Одни родители едва замечают его, для других же кризис трёх лет у ребёнка становится достаточно большой проблемой. Что же делать родителям, желающим ускорить протекание кризиса трёх лет без психических травм для ребёнка?

Основные правила поведения родителей

1. Обращаясь к ребёнку, формулируйте свои просьбы не в виде утверждения («Иди кушать»), а в виде вопроса («Ты кушать будешь?», «Ты кушать будешь сейчас или попозже?», «Ты будешь кушать рисовую кашу или гречневую?») в зависимости от ответа, который вы ожидаете услышать).
2. Ведите себя с малышом, как с равным. Спрашивайте разрешения взять его игрушку, обязательно говорите «Спасибо», если кроха оказал вам услугу. Так вы не только избежите негативизма и упрямства с его стороны, но и подадите малышу хороший пример для подражания.



3. Направляйте энергию ребёнка в мирное русло, то есть предлагайте замену нежелательным поступкам малыша (так делать нельзя, а так можно), используйте игру для сглаживания кризисных моментов.
4. Уступайте ребёнку в «мелочах», максимально расширьте его права, позвольте ему совершать ошибки, не вмешивайтесь в детские дела, если малыш об этом не просит. Но в том, что касается его здоровья и безопасности, а так же здоровья и безопасности других людей – будьте непреклонны – НЕТ, безо всяких исключений!
5. Если малыш стал сопротивляться вашему предложению из чувства негативизма, просто подождите несколько минут. Ему нужно немного времени, чтобы самому принять решение.
6. Если у ребёнка, не смотря на ваши усилия, началась истерика: спокойно переждите её, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. Но не ждите, что малыш поймет вас так, как вам бы хотелось. Скорее всего, придётся не раз возвращаться к этому разговору в других подобных ситуациях.

Кризис трёх лет является очень важным периодом в развитии любого человека. Это время трудное не только для ребёнка, но и для родителей, так как требует коренного пересмотра отношения к своему повзрослевшему малышу. И если в стратегии воспитания ничего не меняется, то кризис 3 лет затянется на долгие месяцы.

От того, как вы будете вести себя с ребёнком во время этого кризиса, зависит, сохранит ли ваш малыш активность, упорство в достижении цели, будет ли продолжать стремиться к самостоятельности. Или он сломается и станет безропотно послушным, безвольным, зависимым человеком с заниженной самооценкой.

Любите, играйте, беседуйте с ребёнком, учитывая его потребности. Уважайте его личность и учите уважать других. Этим вы поможете малышу быстро и безболезненно перерасти свой кризис 3 лет.

И помните – каждый из нас тоже когда-то был ребёнком!

Материал подготовлен педагогом-психологом Подрядчиковой И.В.

по материалам сайтов: <http://1kid.ru>; <http://u-sovenka.ru>