

**«Не хочу! Не буду! Не надо! Я сам!» —  
кризис трехлетнего возраста: признаки  
кризиса и как его преодолеть.**



- **Еще вчера ваш малыш был таким мягким и послушным, а сегодня устраивает истерики, грубит по любому поводу, категорически отказывается выполнять мамины просьбы. Что с ним случилось? Скорее всего, ребенок вступил в так называемый кризис трех лет. Согласитесь, звучит внушительно. Но как же реагировать взрослым на такое детское поведение и что делать уставшим от капризов родителям?**



## *Что нужно знать о кризисе трех лет?*

- В психологической литературе кризисом трехлетнего возраста называют особый, относительно непродолжительный по времени жизненный период ребенка, который характеризуется значительными изменениями в его психическом развитии. Кризис не обязательно наступает в третий день рождения, средний возраст возникновения – от 2,5 до 3,5 лет.
- • Период упрямства начинается примерно с 1,5 лет.
- • Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5-4 годам.
- • Пик упрямства приходится на 2,5-3 года.
- • Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.
- • Девочки капризничают, чаще, чем мальчики.
- • В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых – до 19 раз.



## *Кризис — это перестройка ребенка, его взросление*

- Продолжительность и острота проявлений эмоциональных реакций во многом зависят от темперамента ребенка, семейного стиля воспитания, особенности отношений между мамой и малышом. Психологи уверены, чем авторитарнее ведут себя родственники, тем ярче и острее проявляется кризис. Кстати, он может усилиться с началом посещения детского садика.
- Если недавно родители не понимали, как приучить детей к самостоятельности, то сейчас ее чересчур много. Фразы «я сам», «я хочу/я не хочу» слышны регулярно.
- Ребенок осознает себя отдельной личностью, с собственными желаниями и потребностями. Это важнейшее новообразование данного возрастного кризиса. Таким образом, для столь непростого периода характерны не только конфликты с матерью и отцом, но и появление нового качества — самосознания.
- И все-таки, несмотря на кажущуюся взрослость, кроха не понимает, как получить признание и одобрение от родителей. Взрослые продолжают обращаться с ребенком, как с маленьким и несмышленным, а для него самого он уже самостоятельный и большой. И подобная несправедливость заставляет его бунтовать.

## Причины кризиса у трехлеток

*Нервная система и ее работа являются одной из главных причин плохого поведения. Три года очень мало для полного развития нервной системы, она не успевает полностью сформироваться. Это становится причиной резкой смены настроения и поведения ребенка*



## Характеристики кризиса 3 лет.

**Негативизм** – негативная реакция не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого.

Главный мотив действия – сделать наоборот

Негативизм вынуждает малыша выступать против не только маминого, но и собственного желания. Например, родители предлагают сходить в зоопарк, а кроха категорически отказывается, хотя сам очень хочет увидеть животных. Дело в том, что предложения исходят от взрослых.

Следует отличать непослушание и негативные реакции. Непослушные дети поступают в соответствии со своими желаниями, которые часто идут вразрез с желаниями родителей. Кстати, негативизм зачастую избирателен: ребенок не выполняет просьбы отдельного человека, чаще всего мамы, а с остальными ведет себя как прежде.

### **Совет:**

Не следует говорить с детьми в приказном тоне. Если ребенок по отношению к вам настроен негативно, дайте ему возможность успокоиться и отойти от чрезмерных эмоций. Иногда помогают и просьбы наоборот: «Не одевайся, мы сегодня никуда не пойдём».

## Характеристики кризиса 3 лет.

### Упрямство

Упрямство часто путают с настойчивостью. Однако настойчивость является полезным волевым качеством, которое позволяет маленькому человечку достигать цель, несмотря на сложности. К примеру, достроить-таки домик из кубиков, даже если он разваливается.

Упрямство отличается стремлением малыша стоять на своем до конца только потому, что он этого уже однажды потребовал. Допустим, вы позвали сына обедать, а он отказывается. Вы начинаете убеждать, а он отвечает: «Я уже сказал, что не буду кушать, значит, не буду».

### Совет:

Не старайтесь переубедить кроху, потому что вы лишите его шанса выйти с достоинством из затруднительного положения. Возможный выход – сказать, что вы оставите еду на столе, а он сможет покушать, когда проголодается. Этот способ лучше применять лишь на время кризиса.



# Характеристики кризиса 3 лет.

## Деспотизм

Наиболее часто этот симптом встречается в семьях с единственным малышом. Он пытается заставить мать и отца делать так, как ему хочется. К примеру, дочка требует, чтобы мама все время находилась рядом с ней. Если в семье несколько деток, то деспотические реакции проявляются как ревность: малыш кричит, топает, толкается, отбирает у братика или сестренки игрушки.

## Совет:

Не поддавайтесь на манипуляции. И в то же время старайтесь уделять больше внимания детям. Они должны осознать, что родительское внимание можно привлечь и без скандалов и истерик. Привлекайте кроху к домашним делам – готовьте вместе ужин для папы





## Характеристики кризиса 3 лет.

### Симптом обесценивания

Для ребенка пропадает ценность старых привязанностей – к людям, любимым куклам и машинкам, книгам, правилам поведения. Внезапно он начинает ломать игрушки, рвать книжки, обзывать или кривляться перед бабушкой, произносить грубости. Тем более что лексикон малыша постоянно расширяется, пополняясь, в том числе, и разными нехорошими и даже неприличными словами.

### Совет:

Постарайтесь отвлечь детей другими игрушками. Вместо машин займитесь конструктором, вместо книжек выберите рисование. Почаще рассматривайте картинки на тему: как следует себя вести с другими людьми. Только не стоит читать нравоучений, лучше проигрывайте тревожащие вас реакции ребенка в сюжетно-ролевых играх



# Характеристики кризиса 3 лет.

## **Бунт**

Трехлетний ребенок пытается доказать взрослым, что его желания столь же ценны, как их собственные. Из-за этого он идет на конфликт по любому поводу. Кажется, что малыш находится в состоянии необъявленной «войны» с окружающими, протестуя против каждого их решения: «Не хочу, не буду!».

## **Совет:**

Попробуйте оставаться спокойными, доброжелательными, выслушивайте детское мнение. Однако настаивайте на своем решении, если дело касается безопасности ребенка: «Нельзя играть с мячиком на проезжей части!».

## **Своеволие**

Проявляется своеволие в том, что дети стремятся к самостоятельности, причем независимо от конкретной ситуации и собственных возможностей. Ребенок хочет самостоятельно купить какой-либо товар в магазине, рассчитаться на кассе, перейти дорогу, не держась за бабушкину руку. Неудивительно, что подобные желания не вызывают особого восторга у взрослых.

## **Совет:**

Разрешите малышу самому сделать то, к чему он стремится. Если выполнит желаемое – получит бесценный опыт, если не сумеет – сделает в следующий раз. Конечно, это относится лишь к тем ситуациям, которые абсолютно безопасны для детей.

**Внешние негативные признаки** - это лишь обратная сторона позитивных изменений личности, составляющих главный и основной смысл всякого критического возраста.

В периоды кризисов идет огромная конструктивная работа развития, резкие, значительные сдвиги и изменения в личности ребенка

*Кризис 3-х лет проявляется в трех сферах отношений ребенка:*

- в отношении к другим людям,*
- в отношении к предметному миру,*
- в отношении к себе*





## Что делать родителям?



- В первую очередь, взрослым нужно понять, что детское поведение – это не плохая наследственность или вредный характер. Ваш ребенок уже большой и хочет стать независимым. Пришло время выстраивать с ним новые взаимоотношения.
- 1. **Реагируйте взвешенно и спокойно.** Следует помнить, что малыш своими поступками проверяет родительские нервы на прочность и ищет слабые места, на которые можно надавить. Также не стоит кричать, срываться на детей, и тем более наказывать физически – жесткие методы способны усугубить и продлить течение кризиса .
- 2. **Установите разумные ограничения.** Не нужно забивать жизнь маленького человека всевозможными запретами. Однако не стоит впадать и в другую крайность, иначе из-за вседозволенности вы рискуете воспитать тирана. Найдите «золотую середину» – разумные границы, за которые категорически нельзя переступать. Например, запрещается играть на дороге, прогуливаться в холодную погоду без головного убора, пропускать дневной сон.
- 3. **Поощряйте самостоятельность.** Все, что не представляет опасности для детской жизни, ребенок может попробовать сделать, пусть даже в процессе познания разобьется несколько кружек . Кроха хочет рисовать на обоях? Прикрепите к стене ватман и дайте несколько фломастеров. Проявляет неподдельный интерес к стиральной машине? Небольшой тазик с теплой водой и кукольная одежда надолго отвлекут от проделок и капризов.
- 4. **Предоставьте право выбора.** Родительская мудрость предполагает дать даже трехлетнему малышу возможность выбора как минимум из двух вариантов. Например, не натягивайте на него силком верхнюю одежду, а предложите выйти на улицу в зеленой или красной куртке :). Конечно, серьезные решения по-прежнему принимаете вы, но в неприципиальных вещах можно и уступить.

## Помочь справиться с кризисом могут сюжетные игры

1. Игра в магазин.
2. Придумайте малышу «очень важное дело» – готовку еды для кукол, постройку дома, создание новой картины. Пусть малыш проявляет свою самостоятельность в игре, не стоит прерывать его своими советами.
3. Посадите за стол любимого игрушечного друга малыша. Пусть он постоянно ведет себя неправильно. Вместе воспитывайте из него приличного ребенка.



4. Вместе с ребенком делайте различные игрушки и поделки своими руками. Этот творческий процесс позволит стать малышу более усидчивым.

5. Сочиняйте с ребенком сказки. В возрасте трех лет малыши любят фантазировать. Пусть в сказках будут воспитательные моменты. Узнавайте вместе друг друга.



**Рецепт от кризиса трех лет очень прост:**

**терпение,**

**понимание,**

**творчество,**

**игры**

**чувство юмора**

