«Кризис трех лет», чаще начинается в возрасте от 2,5 до 3 лет.

Продолжительность кризисного периода зависит от воспитания ребенка и усилий, прилагаемых родителями для преодоления трудного возраста. В большинстве случаев ситуация стабилизируется к четырем годам.

Малыши в возрасте от 2,5 до 3 лет – не только беззащитные и жизнерадостные крохи, познающие мир, но и самые настоящие манипуляторы, ведь они очень быстро привыкают к вашей реакции на капризы и запоминают, как проще всего добиться желаемого. Первые три года ребенок физически и психически зависим от мамы. Проходит время, малыши крепнут физически (уже ловко и уверенно управляют своим телом) и психически (мозг достигает определенной стадии развития). Исследуя пространство, дети видят результаты своей деятельности, приходят в восторг от осознания того, что могут влиять на окружающий мир. Они подражают взрослым, используют их лексику, "примеряют" на себя разные роли, начинают играть в ролевые игры. Проявляют интерес к сверстникам и начинают взаимодействовать друг с другом, играют в совместные игры. Их уверенность в себе достигает вселенского масштаба: «Ура! Я сам это умею! Я сам это могу! Я большой, как мама и папа!».

Но многие желания ребенка не соответствуют его реальным возможностям плюс постоянная опека взрослых, как следствие «хочу» и «могу» расходятся. Этот период так же называют «кризисом Я сам».

Есть несколько признаков «кризиса трёх лет». Это следствия того, что ребенок стремится не только что-то делать самостоятельно, но и самостоятельно решать, делать это или нет.

- Негативизм или «не так и не то»

Ребенок поступает вопреки не только родителям, но порой даже своему собственному желанию. Малыш отказывается выполнять просьбы не потому, что ему не хочется, а только потому, что его об этом попросили. Например, предлагаем идти на прогулку. Малыш, который обожает гулять, почему-то заявляет: «Не пойду!». Потому что это предложили другие идти гулять, а не он сам так решил. Необходимо вместо утвердительной формы "Идем гулять!" просто спросить малыша о его желании: «Мы гулять пойдем?». Спасает фраза «Давай вместе!». Вместе можно умываться, обедать, ложиться спать.

В совсем крайних случаях, можно предложить ребенку сделать противоположное, с расчетом на то, что малыш из чувства негативизма сделает то, что надо.

- Строптивость или «нет»

Строптивость не направлена на определенного человека как негативизм - это протест против самого образа жизни. Ребенок отказывается выполнять требования взрослых, словно их не слышит (особенно когда есть противоречия в воспитании: мама требует одно, папа – другое, а бабушка вообще все разрешает). Нужно отвлечь ребенка, и через пять минут ребенок неожиданно согласится с Вашим предложением, забыв, что недавно возражал.

- Упрямство или я решил.

Когда ребенок упрямится, он настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал, он так решил. Например, малыш просит дать ему одну игрушку, но ее нет и предлагают другую замену. Малыш понимает, что другая игрушка тоже интересная, но все равно настаивает на своем. Потому что это предложили другие, а не он сам так решил. Нужно подождать несколько минут, и малыш примет предложенное вами решение как свое.

- Своеволие или гордость

Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет. Безусловно, бывает удобнее сделать что-то за ребенка, ведь так быстрее. Но этим лишают его радости от процесса деятельности. Малыш испытывает гордость от собственной самостоятельности. Позвольте попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это ему не по силам. Если что-то получилось, обязательно нужно похвалить его, объяснить, что именно он сделал хорошо, сказать какой он стал большой и самостоятельный. Признание успехов поднимает самооценку, придает уверенности в силах и удовлетворит потребность быть хорошим.

- Протест-бунт

Именно бунтом и протестом отвечает малыш на давление со стороны родителей, и их желание все решать за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Садись!»). Энергия ребенка должна воплощаться в действиях. Если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева, истерик). Любому человеку (а ребенку и тем более) очень тяжело долго находиться в нервном напряжении, и если не наступает разрядка (эмоции, деятельность), то возникает стресс и, как следствие, снижение иммунитета. Ребенок, чью деятельность постоянно сдерживают родители, считая его поведение неправильным, будет искать другие пути освобождения от накопившегося напряжения (в виде агрессии). Если малыш заходится в истерике, спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. Только потом можно предлагать малышу порисовать, полепить, поиграть. При этом что-либо объяснять во время истерики бесполезно, так как во время проявления эмоций человеку трудно сосредоточиться на том, что ему говорят (это принцип доминанты - очаг возбуждения в головном мозге подавляет все остальные).

- Обесценивание, отсутствие привязанности к тому что любил раньше

Изменяется отношение ребенка к любимым вещам, игрушкам (он может бросать их, ломать) и людям (малыш может стукнуть или обозвать маму грубыми словами). Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не нужно путать с агрессией). Он пока не понимает, что его поведение может быть неприятно другим людям. Он лишь подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если…). Обыграйте неприятный момент с использованием игрушек. Пусть он поиграет роль взрослого.

- Деспотизм

Малыш учится управлять окружающим миром, пытается заставить родителей делать то, что он хочет. Стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» – это хорошая черта характера, которая позволяет человеку быть самому хозяином своей жизни и как следствие - брать на себя ответственность за происходящее, а не быть ведомым другими людьми (это особенно ценно в подростковом возрасте, когда велика опасность влияния «дурных компаний). Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей – будьте непреклонны (без исключений). Позволяйте малышу совершать ошибки. Сейчас он учится исключительно на собственном опыте и ему сложно понять объяснения взрослых.

Кризис трёх лет – прежде всего кризис социальных отношений, взаимоотношений личности ребенка и окружающих. И протекать остро он будет только в том случае, если взрослые, не замечая у малыша тенденции к самостоятельности, будут сохранять прежний тип отношений, устраивающий их, взрослых, но сдерживающий активность и самостоятельность детей.

Несколько полезных советов!

Дети постоянно познают мир, правила общения со сверстниками и взрослыми. Методом проб и ошибок они ищут свое место в мире, в коллективе, в семье. С помощью слез, истерик и самых простых капризов малыши учатся управлять взрослыми, заставляя их удовлетворять сиюминутные причуды и потребности.

Если ребенок пробует добиться своего с помощью слез и крика, следует показать ему, что это вовсе не способ получить желаемое, а именно просто оставлять вредину одного, но лишь только он замолчит, нужно вернуться. Только тогда малыш осознает, что его слушают, когда он спокоен, и что он остается без внимания, когда не слушается и капризничает.

Детские истерики всегда устраиваются перед человеком, который заведомо на них отреагирует. Маленькие дети наивны и искренни, но опытным путем нетрудно вычислить, у кого из взрослых ярче и эмоциональней реакция. Поэтому, стоит устроить небольшой семейный совет и договориться об одинаковой реакции на капризы.

Очень важный момент в воспитании непослушного ребенка – одинаковая реакция и мнение родителей. Если папа что-то не разрешил, то и все остальные члены семьи (мама, бабушки) должны поддержать его, а не отменять запрет.

«Нет» – это всегда «нет», сказано ли оно сегодня, вчера или неделю назад. Если запрет одинаков от всех старших, тогда ребенок получает уверенность в том, что это что-то опасное, и теряет к этому интерес.

То же со словом «нельзя». 1) Редкое применение этого слова будет принято ребенком как обозначение реальной угрозы. 2) Нужно объяснять, почему это нельзя и что будет, если нарушить запрет.

Не стоит думать, что ребенок не воспримет информацию в силу возраста. Он постоянно изучает этот мир, запоминает события и их последствия, соединяет свои действия и реакцию взрослых.

Объяснять непоседе, в чем его провинность и в чем он не прав, лучше спокойно и голосом на 2-3 тона ниже чем говорит ребенок с максимально серьезным видом. С малышом необходимо быть честным.

Самый лучший способ успокоить озорника – показать, что в вашем доме есть правило «делай как я (взрослый)», а не «делай как я сказал».

Несколько простых правил:

- Правильное поведения взрослых: гибкость, расширение прав и ОБЯЗАННОСТЕЙ ребенка.

- Позволить малышу быть самостоятельным. Не вмешиваться (по возможности) в дела ребенка, если он не просит.

- То, что было запрещено утром, должно быть запрещено и вечером. Твердость. Четкие запреты (нельзя убегать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов должно быть не больше 5. С этим должны быть согласны все члены семьи без исключения.

- Ребенок многие слова и поступки повторяет за взрослыми, поэтому нужно следить за собой.

- При вспышках упрямства, гнева малыша нужно отвлечь на что-нибудь нейтральное (какую собаку, кошку или бабочку вы видели на улице).

- Когда ребенок злится или у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо. Подождать, пока малыш не успокоится. Взять его за руку и отойти в спокойное безлюдное место.

- Использовать игру для сглаживания кризисных вспышек. Обыграть можно многое: умывание, одевание, уборку игрушек...

- Обязательно подчёркивайте, какой ваш ребёнок уже большой, не «сюсюкайтесь» и не старайтесь сделать все за малыша. Разговаривайте с ним, как с равным человеком, мнение которого вам важно.

От того, как вы будете вести себя с ребенком во время этого кризиса, зависит, сохранит ли ваш малыш активность, упорство в достижении цели, будет ли продолжать стремиться к самостоятельности.