

## *Кризис трех лет.*

Факторы и условия, определяющие течение этого  
возрастного периода.

К 2- 3 годам ребенок приобретает определенный багаж как навыков, так и представлений о себе и об окружающем его мире. Если на 1-м году жизни ребенка не было нарушений в системе родители-ребенок, то к "кризису 2-3 лет" он должен подойти, имея внутри себя полную уверенность в любви к нему матери и отца, с удовлетворением потребности в безопасности и привязанности. В зависимости от предшествующего опыта, полученного ребенком, от состояния здоровья ребенка и в зависимости от текущей семейной ситуации этот возраст может пройти либо относительно спокойно для родителей и самого ребенка, либо может иметь выраженные "особенности" поведения, эмоционального реагирования и в какой-то степени закрепиться на долгие годы, оказывая влияние и на подростковый период жизни человека.

Часто мамы детей этого возраста говорят: «ребенка как будто подменили». Вдруг вы обнаруживаете, что с ребенком все сложнее бывает договориться, он становится упрямым, все воспринимает в штыки, активно сопротивляется воздействию взрослых. Упрямство приносит и самому ребенку негативные переживания - приходится злиться, плакать. Или ваши походы на площадку, которые всегда приносили массу удовольствия, вдруг все чаще заканчиваются одним: слезами из-за игрушки, которую Ваш ребенок яростно отстаивал, или наоборот яростно отбирал у другого. И если совсем недавно можно было найти компромисс, то сейчас это оказывается невозможным. Появляется «я сам», которое, увы, не всегда радует родителей, так как проявляется иногда не там и не тогда, когда хотелось бы. Конечно, когда опаздываешь на важное мероприятие, а ваш ребенок одержим идеей - самому завязать шнурки, это может не всегда радовать.

Агрессивность, упрямство, вспышки злобы, слезы, громкий плач, истерики... В целом это действительно очень сложный период как для родителей, так и для ребенка. Именно поэтому очень важно родителям понимать, что происходит, продолжая быть хранителями спокойствия, при этом быть готовым к беззаконию, и даже к революции... Если конечно родители заинтересованы в психическом становлении детей как личностей. Что происходит с ребенком в этом возрасте? Важно понимать, что он проверяет границы своих возможностей. Через «нет», «не буду», «не хочу», «не пойду», он заявляет о своей позиции. Пока это единственно доступная ему форма сообщить о своей автономности; нетождественное™ с взрослым. Важно понять, что ребенок ведет борьбу за свое место, за свое пространство с явно превосходящими его силами взрослых. Взрослые могут помочь найти форму для проявления этих чувств. Взрослые должны понять его, а не он - взрослых. А взрослые часто требуют понимания от малыша, не желая и не умея понимать его. Выдвигая на его НЕТ свое взрослое, бескомпромиссное НЕТ, на корню уничтожая возможность его автономности. Может быть,

несколько советов-наблюдений позволят вам пережить этот непростой период: Факторы и условия, определяющие течение этого возрастного периода.

Помните, что все происходящее с вашим ребенком в этом возрасте нормально. Любое насильственное подавление таких проявлений чревато многими проблемами в будущем. Переживание любого кризиса всегда является благом для психического становления вашего ребенка.

- Старайтесь оценивать только поступок вашего ребенка, не давая оценки его личности. Может не нравиться поступок, но у ребенка должно быть чувство, что глобальную любовь и доверие потерять нельзя. Именно эта уверенность должна сопровождать наказание ребенка.
- Если ваш ребенок кричит, плачет или дерется, устраивая беспорядок, постарайтесь не отвечать агрессией на агрессию. Мир ребенка не будет уничтожен гневом. Это очень важное открытие для ребенка: мир не зависит от моих чувств, есть что-то постоянное в этом мире – например, материнская любовь. Ребенку, для которого такое открытие произошло, впоследствии будет необходимо гораздо меньше криков и истерик, чтобы его точку зрения приняли.
- В этом возрасте ребенок нащупывает границы своего психического пространства, и чрезвычайно важным моментом являются запреты, с которыми он встречается. Конечно, запреты должны быть обоснованы, и по большей части должны касаться безопасности и здоровья вашего ребенка. Важно, чтобы все взрослые, окружающие ребенка, придерживались единого взгляда на эти запреты и никакие истерики ребенка не могли бы запрет упроднить.
- Помните, что, как и всякая революция, этот период не длится вечно, и исход его зависит не только от вашего ребенка, но и от зрелости вашей позиции.
- В общем, чтобы справиться с упрямством, придерживайтесь следующих стратегий:
  - 1) отвлечение, переключение внимания ребенка на другой, не менее (а лучше и более) сильный эмоциональный или информационный стимул, могущий заинтересовать;
  - 2) попробуйте сделать вместе с ребенком то дело, которое он делать не хочет (вместе - это значит вы делаете "половину" дела, к примеру, если нужно собрать игрушки, вы даете игрушку ребенку, а он ставит на полку или он дает вам, а вы ставите на полку);
  - 3) используйте игровой, творческий подход - практически любое действие можно обыграть, к примеру, если нужно одеться, можно представить, что вы волшебники и одеваете волшебную одежду, чтобы

участвовать в чём-то волшебном, если нужно куда-то идти, а ребенок упрямится, можно представить себя путешественником в волшебной стране и спрашивать дорогу, скажем, у говорящих водосточных труб, люков, машин и т. п. - скучная дорога сразу превратится в увлекательное путешествие;

4) используйте "внешние" средства (схемы, рисунки, плакаты, звуковые эффекты) для напоминания - если требуется запомнить последовательность действий, скажем, что после чего надо одевать, можно нарисовать эту последовательность и повесить этот рисунок на стенку, чтобы эта схема в нужный момент оказалась перед глазами ребенка.

### *Рецепт домашних пальчиковых красок:*

Возьмите для основы:

1 кг муки

5 стол. ложек соли

2 стол. ложки растительного масла

воду

Приготовление: Ингредиенты перемешайте миксером, добавив воды столько, чтобы основа получилась консистенции густой сметаны. Разлейте массу в отдельные баночки, в каждую добавьте безопасный краситель: в одну - сок свеклы, в другую - моркови или петрушки... Удобно использовать краску из пасхальных наборов, в них применяются пищевые красители, безопасные и яркие. Перемешайте до однородной массы. Набор красок готов!