МБ ДОУ «Северо-Енисейский детский сад №1»

Памятка для родителей
«Кризис 3 лет»

Воспитатель: Иконникова Н.В.

Май 2020 г.

Кризис – это период, возникающий при переходе от раннего возраста к дошкольному, характеризующийся резкой и кардинальной перестройкой сложившихся личностных механизмов и становлением новых черт сознания и личности ребёнка, а также переходом к новому типу взаимоотношений с окружающими.

Основные симптомы **кризиса 3-х лет являются**:

1) Негативизм. Это стремление противоречить, делать все наоборот. Например: Ребенок может быть очень голоден, или очень хотеть послушать сказку, но он откажется только потому, что вы, или какой-то другой взрослый ему это предлагает. Авторитарный стиль взаимодействия с ребенком может провоцировать приступы негативизма всякий раз, когда отдается строгий приказ *(Быстро ешь! Не трогай)*

Совет: Во-первых, очень важно, чтобы каждое ваше *«нельзя»* было в сопровождении альтернативного *«можно»* и четкого объяснения. Например, ты слишком маленький, чтобы самому переходить дорогу, но достаточно взрослый, чтобы решать какой свитер ты сегодня оденешь – красный или зеленый.

Во-вторых, соблюдайте последовательность ваших слов и действий. Если запретили *«никаких конфет»* сегодня, к примеру, то передумывать уже нельзя. Иначе, ребенок с легкостью начнет вами манипулировать. Важно, чтобы требования к ребенку были одинаковыми со стороны всех членов семьи.

В – третьих одобряйте и хвалите ребенка даже за самые мелкие, но позитивные действия, и игнорируйте негативные.

2) Упрямство. Высказав собственную точку зрения или попросив о чем-то, маленький трехлетний упрямец будет стоять на своем всеми силами. Например, мама просит ребенка утром встать с постели, а ребенок отказывается это сделать, несмотря на то, что лежать ему давно уже надоело *(Сказал не встану, значит не встану)*. Это реакция не на предложение встать, а на свое собственное решение — не вставать!

Совет:

1. Уступать ребенку. Это вовсе не значит проявлять слабость. Напротив, тот, кто уступает, проявляет дальновидность, заботится о том, кого любит, и показывает маленькому упрямцу образец другого поведения. Конечно, бывают принципиальные моменты, где возражений быть не может, например: малыш должен переходить дорогу только за руку с мамой, должен ложиться спать с девяти до десяти, утром завтракать и т. д. Но в других случаях нужно уступать ребенку, тогда он будет чувствовать равноправие, будет чувствовать свое "я", свою значимость и независимость.

2. Прежде чем навязать ребенку готовое решение, спросите у него, чем бы он хотел заняться. Предложите малышу самостоятельно сделать выбор, пусть сам примет решение. Если ребенок почувствует себя способным что-либо сделать или принять решение без вас, он испытает огромное удовлетворение.

В будущем вера в свои силы поможет ребенку преодолевать жизненные преграды, он станет целеустремленным и настойчивым.

3. Как успокоить плачущего, бунтующего, разгневанного упрямца? В такой ситуации не нужно много слов. Слишком жесткая, как и слишком мягкая позиция обычно вредит. Лучше всего быстро и решительно отвлечь внимание ребенка и привлечь его к чему-нибудь более интересному. Не стоит доказывать малышу тут же на месте, что он должен быть послушным и не позорить маму, что "пора привыкнуть слушаться с первого раза". Чтобы переключиться, малышу необходимо немного времени, он должен заранее знать, что будет делать и почему.

4. Не принуждать ребенка давать обещания, что он "больше не будет". Важно другое: ребенок должен чувствовать, что он не безразличен **родителям**, что они готовы вместе с ним подумать, как облегчить его переживания, как сделать, чтобы все опять стало хорошо. Ребенку нужно постоянно давать понять, что его любят, что он может на нас положиться.

5. Стараться избегать таких ситуаций, которые вызывают упрямство, чтобы не закрепить в **памяти малыша**, что таким поведением он может добиться желаемого. Будьте хитрее, ставьте вопросы так, чтобы на них невозможно было бы ответить отрицательно, не задавайте вопрос, на который существует только

3) Строптивость. Это общий протест против привычного образа жизни, норм воспитания. Ребенок недоволен всем, что ему предлагают.

Совет: В данном случае **родителям** нужно быть терпеливыми. Не использовать авторитарный стиль воспитания в семье, так как это способствует яркому проявлению строптивости. Будьте демократичны, давайте право выбора ребенку.

4) Своеволие. Ребенок принимает только то, что он решил и задумал сам. Это своеобразная тенденция к самостоятельности, но неадекватная возможностям ребенка.

Совет: Предоставить ребенку право выбора. Быть последовательными в воспитании. Посильность требований. Компромисс в решении конфликта.

5) Обесценивание. Обесценивается все то, что раньше было интересно, привычно, дорого. Любимые игрушки в этот период становятся плохими, ласковая бабушка - противной, **родители - злыми**. Ребенок может начать ругаться, обзываться (происходит обесценивание старых норм поведения, сломать любимую игрушку или порвать книжку *(обесцениваются привязанности к дорогим прежде предметам)* и т. д.

Совет: объясняйте ребенку о том, какие чувства вы испытываете, когда малыш вас ругает, обзывает

6) Протест-бунт. Ребенок находится в состоянии *«войны»* с окружающими, в постоянном конфликте с ними. В общении с людьми, которые ухаживают за ним, такой бунтарь постоянно провоцирует ссоры, обзывается, говорит *«плохие слова»*. Он намеренно делает то, что запрещено делать то, что запрещено, с единственной целью – вызвать возмущение окружающих, заставить их проявить сильные эмоции.

Совет: будьте спокойны, доброжелательны, но тверды в те моменты, когда Вы уверены в своей правоте

7) Деспотизм. У ребёнка появляется стремление проявлять власть по отношению к окружающим. Например, ребёнок может требовать, чтобы мама не ходила на улицу, а сидела дома, как он сказал. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм проявляется как ревность.

Совет: Предложите ребенку альтернативу, компромисс.

Суть **кризиса 3-х лет**

• Ребёнок бунтует против тех норм воспитания, которые сложились, считая, что он *«вырос из них»*. С одной стороны, ребёнок хочет признания своей самостоятельности и независимости, а с другой – к такой форме поведения он ещё не готов.

• Стремление к самостоятельности

• Изменения в социальных отношениях ребёнка с окружающими людьми, которые проявляются в деспотизме и обесценивании

• Происходят изменения аффективно-волевой сферы, что приводит к самостоятельному регулированию поведения и деятельности ребенка.

• Изменяется отношение ребёнка к себе т. е. происходит осознание себя как отдельного самостоятельного человека

• Перестраивается социальная позиция ребёнка к авторитету матери и отца.

• Ребёнок хочет проявлять свою личность. Многие поступки мотивируются не мгновенным желанием, а связаны с проявлением личности ребёнка.

Что делать при **кризисе 3-х лет**

• Избегание авторитарного стиля взаимоотношений и гиперопеки в воспитании.

• Осуществление единой тактики воспитания в семье.

• Научитесь переключать ребенка. Например: 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?»*.

• Используйте негативизм ребенка в своих целях. Например, если вы хотите пойти с ребенком на прогулку, то можно предложить ему остаться дома. Скорей всего ребенок вам возразит, тем самым сделает, так как вы хотели.

• Поощряйте инициативу и самостоятельность малыша, показывая свое восхищение и одобрение.

• Не забывайте про творчество, рисуйте, лепите, вместе делайте поделки - это помогает ребенку справится с эмоциями.

Совместный поиск компромиссных решений в конфликтных ситуациях, предоставляющий ребёнку право выбора и право ребенка на совершение ошибок

• Не акцентируйте внимание на капризах и истериках ребенка. 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. Просто продолжайте выполнять свои дела. Не видя вашей ответной реакции, ребёнок быстро успокоится.

• Периодически просите ребенка помочь вам и покажите, как важна его помощь для вас. Это поможет ему стать самостоятельнее и ответственнее.

• Соблюдайте режим дня. Это структурирует жизнь ребенка, поможет формировать волю, которая нужна для овладения своим поведением.

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

• Следите за собой. Так как многие поступки и слова ребенок копирует у своих **родителей**.

• Озвучивайте для ребенка его переживания и чувства, это поможет малышу лучше понять свое эмоциональное состояние.

• И самое главное любите своего ребенка, уделяйте достаточно внимания, будьте терпеливы и последовательны.

Родителям в данный период не стоит:

• Настаивать на своём *(в этом случае ребенок будет безынициативным)*

• *«Ломать»* детское упрямство (это может привести к заниженной самооценке ребенка, либо он перестанет слышать ваши замечания).

• Не давать ему ничего делать самостоятельно. *(иначе ребенок может вырасти безвольным, малоинициативным)*

• Показывать ребёнку, что его мнение никто в расчёт не берёт. *(низкая самооценка)*

• Постоянно ругать. *(низкая самооценка, неуверенность в себе)*

Рекомендуемая литература:

1. Росс В. Грин *«Взрывной ребёнок»*.

2. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребёнком как?

3. Томас Гордон. Повышение **родительской эффективности**.

4. Аллан Фром. Азбука для **родителей**.

5. Алла Баркан. Плохие поступки хороших детей, старое издание: Его Величество ребёнок *(3 — 6-7 лет)*.

6. Алла Баркан. Как правильно воспитывать ребёнка. Что делать **родителям**.

7. Еремеева О. В., Мать и дитя

8. Алевтина Луговская *«Если малыш капризничает»*

9. Возрастная психология. Шаповаленко И. В.