

Как справиться с кризисом 3-х лет?

Прежде всего, хотелось бы сказать, что кризис 3-х лет так назван условно, то есть, он не начинается ровно в 3 года. У кого-то он начинается до 2-х лет и может длиться до 4-х лет. Вы видите, что ваш послушный устроить истерики, топая ногами, падать на пол, чтобы добиться своего.



Суть кризиса в том, обращаясь с ребенком, все правила отменяются, все работают. Ребенок вдруг существом, начинает предметами. Кризис – это высокий.

Что происходит с ребенком? Он чувствует себя взрослым, но ограничения и требования с вашей стороны не дают ему проявлять самостоятельность в полной мере, это и вызывает протест и истерики.

Основной негатив ребенка направлен на близких людей, прежде всего, на маму, с остальными взрослыми он может вести себя нормально.

что только мы научились приспособились к нему, и тут, предыдущие методы теперь не становится каким-то другим плакать и кидаться выход на новый уровень, более

7 признаков кризиса 3-х лет:

1. Негативизм: он отличается от непослушания, которое может быть в любом возрасте. У непослушного ребенка желания не совпадают с требованиями родителя, при негативизме, ребенок отказывается от собственных желаний, когда предложение мамы совпадает с его желанием. То есть, ребенок не хочет что-то делать лишь потому, что об этом попросила его мама.

Непослушание на примере: ребенок улице, мама зовет его домой кушать, но отказывается, потому что ещё не

Негативизм на примере: ребенок улице, его зовут домой есть, он отказывается, хотя, на самом деле он гулять и хочет есть.



играет на он нагулялся. играет на уже устал

2. Строптивость: агрессивное направлено на привычный жизненный уклад, ребенок протестует против порядков. Может, продолжать играть в кубики, не смотря на то, что вы попросили его сложить игрушки, как будто бы не слышит обращенной к нему речи. Или не хочет мыть руки.

поведение режим дня, например,

3. Упрямство: не Пример

идти за стол, пока не всё время рушится.

Пример

завтракать, он сказал, что не голоден проголодался).

В этом случае не настаивать на своём. сказать ребенку, что поесть.



нужно путать с настойчивостью.

настойчивости: ребенок отказывается достроит башенку из кубиков, которая

упрямства: вы зовёте ребенка отказывается, потому что перед этим (хотя на самом деле на данный момент

стоит переубеждать ребёнка или Лучше оставить завтрак на столе и когда он проголодается, сможет

4. Деспотизм: ребёнок стремится всеми способами заставить родителей сделать то, что ему нужно, таким образом, он стремится к власти. Например, он может хотеть, чтобы мама не отходила от него ни на минуту.

5. Обесценивание: ребенок перестает ценить всё, что прежде казалось ему очень важным (правила поведения, близкие люди, игрушки). Вдруг ребенок начинает бросать любимые машинки, отрывать куклам руки, вырывать страницы из книжек, больно дёргать кота за хвост. В этом возрасте дети могут грубить близким людям. Ребенок может назвать маму душой, ударить.

В такой ситуации важно понимать, что ребенок делает это не назло вам. На самом деле ему не до вас, он не может посмотреть на эту ситуацию глазами другого человека. Ребенок в 3 года не умеет этого делать. Поэтому, не стоит всерьез обижаться на ребенка, считать, что он делает вам что-то назло, когда говорит: «Ты мама, дура, уходи», это не значит, что он на самом деле так считает, и что вы ему не нужны.

Ещё признак кризиса 3-х лет, это **6. своеволие:** ребенок стремится к самостоятельности, всё хочет сделать сам, вне зависимости от ситуации и собственных ограниченных возможностей.

Это хорошо, если ребёнок сам старается шнуровать ботинки или надевать куртку. Но другое дело, когда он не хочет брать вашу руку при переходе через дорогу или пытается включить электрические приборы без разрешения, или хочет играть в мяч на дороге.

В случае при переходе через дорогу можно ребенку: «Маме страшно, мне страшно, возьми руку и переведи через дорогу». Но в случае с электрическими приборами нужно ввести так как он может навредить себе и другим людям.

Многие родители, почему то думают, что что-то запретить ребенку, не рассердившись при этом. Если ребенок требует 5 по счету мультик, то то обязательно нужно сказать: «Как тебе не ты уже столько посмотрел, у тебя одни мультики уме...». Но совсем не обязательно сердиться, даже не нужно сердиться, когда мы что-то запрещаем, ведь мы это делаем из-за заботы к ребенку, чтобы защитить его, нужно сказать: «Я понимаю, что ты очень хочешь посмотреть ещё один мультик, и он очень интересный, но уже было 4 мультика, а 5 уже совсем никак, 5 будет завтра». Таким образом, мы запрещаем, но при этом не воюем с ребенком, не запрещаем ему желать.

Если же ребенок хочет надеть нарядные сандалии, а мы просто идем гулять, то пусть ребенок идет в нарядных.

Если есть время, то дайте ребенку выйти в сандалиях зимой на улицу, раз уж ему так сильно хочется, потом вернетесь и переобуетесь. Ребенок получит опыт, поймет, почему вы не хотели его выпускать в таком виде, когда замерзнет. Если же нет времени, то говорите нет.



7 признак кризиса 3-х лет: бунт (протест). Это реакция ребёнка на давление со стороны значимых взрослых, которые требуют завтракать в одно и то же время, не кричать на улице, не ломать игрушки и т.д. Во время истерик, слушайте мнение ребенка, и не теряйте самообладания. Когда чувствуете, что вы вот-вот взорветесь, можно просто сделать шаг в сторону, пойти умыться, открыть окно, выпить воды, сесть, а ещё лучше лечь.

1. Дайте ребёнку большую самостоятельность. Привлекайте его к выполнению домашних обязанностей. В три года ребенку можно доверить мытьё пластиковой посуды, пусть подметает веником, накрывает на стол. Его участие замедлит процесс, но позволит ему



сказать
меня за
запреты,
нельзя
этом.
почему
стыдно,
на
наоборот,

чувствовать себя самостоятельным, а это значит, что отпадет необходимость доказывать свою взрослость.

2. Не бейте ребенка, когда он истерит, и не запирайте его одного в комнате. Почему нельзя так делать? Потому что ребенок придет к выводу: «Если я чего-то хочу, то это означает плохое отношение ко мне всех моих близких. Из защищающих фигур мои родители превращаются в опасные, нелюбящие меня, причиняющие мне боль, оставляющие меня одного в комнате. Хотеть чего-то опасно, говорить о своих желаниях нельзя».

3. Снизьте количество запретов. Озвучьте только по-настоящему важные правила, касающиеся безопасности и социальных норм, которые нарушать категорически запрещено. А в мелочах можно и нужно уступать (как мы говорили с вами, например, о сандалиях зимой, что нужно позволить ребенку в них выйти на улицу).

4. Позвольте ребёнку выбирать. Чтобы избежать конфликта, можно предложить ребенку выбрать из нескольких вариантов. Например, спросите у дочки, в каком платье она пойдёт в садик: в зелёном или красном. Пусть выберет мультфильм, сказку, сок. Если вы зовете ребенка кушать, то спросите его, он будет сейчас есть, или через 10 мин, или он будет есть рисовую кашу, или гречневую. Если просят выбрать, то он выберет.



5. Чтобы предупредить эмоциональную вспышку, необходимо заранее договариваться с ребёнком. Например, до

посещения магазина игрушек договоритесь, что именно будете покупать. «Хорошо, мы купим тебе, но только куклу и мишку и всё». Это не поможет в 100% случаях, но вероятность истерики снизится.

6. Во время истерики не нужно что-либо объяснять ребёнку. Подождите, когда он придёт в себя. Если падает на пол и кричит, то уйдите в другую комнату, потому что он делает это для вас.

После обсудите, почему его поведение кажется вам плохим и недостойным (важно, его поведение плохое, а не он сам плохой). Обязательно рассказывайте ребенку о своих чувствах, негативных: «Я так была рассержена на тебя, ты меня расстраиваешь, когда так себя ведешь».

менее
ему



В случае публичной истерики нужно лишить ребёнка «зрителей». Для этого нужно отвести его в людное место. Или просто обнимите его и говорите ласковые слова, что вы его любите.

7. Так как ведущий вид деятельности дошкольников – это сюжетно-ролевая игра, то все ситуации, приводящие к истерикам, следует проигрывать. Есть коррекционные ролевые игры, например, можно поиграть с ребенком в магазин. Ребёнок — в роли продавца. Родитель управляет куклой, которая в данной ситуации является покупателем. Она капризничает, всё разбрасывает, плачет, кричит, катается по полу, требует отдать ей товар без денег. Ребенок должен не только увидеть со стороны, как ужасно смотрится такое поведение, но и узнать в игрушке себя. Допускается в конце игры сделать вывод: «Ты ведёшь себя так же. Разве это хорошо?».