

ВВЕДЕНИЕ

Кризис трех лет у ребенка считается одним из самых интенсивных в период роста. Еще недавно малыш был спокойный и ласковый, слушал взрослых и следовал установленным правилам. А сейчас он начинает протестовать против прежнего уклада жизни, пытается сепарироваться от родителей, отстаивать свои права на самостоятельное существование. Он вредничает, кричит, плачет, если что-то не получается или в чем-то отказали.

Суть кризиса

Кризис трех лет у детей – это период жизни, в котором они приобретают огромное количество новых личностных новообразований. Малыш *психологически отделяется от мамы, стремится к самостоятельности, выходит на новый уровень общения* со взрослыми и сверстниками. Он хочет быть «как большой», но пока не может многого в связи с возрастом. В результате этого диссонанса у ребенка возникают истерики, обиды и «портится» поведение. Если кратко, то кризис трех лет – это период бурного развития.

В возрасте трех лет происходят серьезные скачки в развитии ребенка, притом в большей степени в психическом развитии – начинает развиваться самосознание, Я-концепция и самооценка. Значительно быстрее происходит усвоение языка (90 % речи формируется в этот момент).

Существенно меняется *самовосприятие*. Уже в 1,5 года ребенок узнает себя в зеркале и начинает идентифицировать свое отражение со своим телом. 3 года – новый этап *самоидентификации*. Ребенок активно изучает свое Я и все, что с ним связано: тень, пол и имя. Все чаще ребенок употребляет «я» (будучи малышом, он говорил о себе в третьем лице). В связи с изучением себя настоящего возникает особый интерес к людям с таким же именем или другими сходными элементами.

Продолжительность кризисного периода

Возрастные рамки кризиса – от 2,5 до 4,5 лет. В зависимости от личностных особенностей кризис 3 лет может длиться от 2–3 месяцев до 2 лет. По интенсивности проявления также могут быть разными.

Причины кризиса

Согласно теории Л.С. Выготского, взросление ребенка представляет собой чередование стабильных и кризисных периодов развития психики. В стабильных периодах ребенок развивается медленно и линейно, в период кризиса – бурно и скачкообразно. Одной из главных причин кризиса является конфликт ребенка с окружающим миром. Он *хочет* все делать самостоятельно, но в этом ему мешают обстоятельства, на которые он не может повлиять, например, запреты взрослых и недостаточный уровень знаний и умений.

Факторы, влияющие на интенсивность кризисных проявлений:

1. Тип нервной деятельности. Дети со слабым или неустойчивым типом – меланхолики и холерики чаще других закатывают истерики, капризничают и протестуют против правил в кризисном периоде. Флегматики и сангвиники проще относятся к препятствиям в их жизни и обычно ведут себя чуть более спокойно.
2. Авторитарный стиль воспитания в семье. Если родители постоянно подавляют порывы ребенка к самостоятельности, то он противится этому сильнее, чем в том случае, если этого не происходит.
3. Тревожный тип родительского воспитания и гиперопека. В такой семье самостоятельность малыша также подавляется, только из других побуждений: родители считают его совсем маленьким ребенком, который ничего не может сделать сам. Протесты и истерики в этом случае неизбежны.
4. Напряженные отношения в семье. Если между родителями нередко случаются конфликты, то ребенок бессознательно пытается обратить на себя внимание. Ему это практически не удается, поэтому кризис трех лет проявляется более интенсивно.

5. Состояние здоровья. Дети с психическими и неврологическими особенностями развития переживают возрастной кризис намного более остро, чем их здоровые сверстники.

Признаки кризиса 3 лет

Внешние признаки кризиса 3 лет обычно замечают родители: ребенок становится *капризным, спорит, перестает слушаться*, может закатить *истерику* среди улицы из-за какой-то мелочи. Психологи Л.С. Выготский и А.А. Леонтьев выделили 7 основных симптомов кризиса 3 лету ребенка. У каждого малыша они могут проявляться в разной степени и в разных ситуациях:

1. Негативизм. Так называется симптом, который заключается в отказе ребенка делать так, как сказал взрослый. При этом отказ выполнить просьбу часто даже не соответствует собственным желаниям ребенка. *Например*, мама предлагает малышу погулять, а он отказывается лишь потому, что это – инициатива взрослого. Интересная особенность в том, что если родитель решит сказать «ну, ладно, тогда сегодня гулять не пойдем», то ребенок, скорее всего, быстро передумает и решит, что он все же хочет идти на улицу. То есть, снова сделает не так, как сказал взрослый.

2. Строптивость. Ребенок отказывается продолжать подчиняться привычному режиму дня. Например, если всегда он после пробуждения шел чистить зубы и умываться, а потом завтракать, то в кризисном периоде он может начать отвоевывать свое право сначала подкрепиться, а потом отправиться на гигиенические процедуры.

3. Упрямство. Малыш, находящийся в кризисе трех лет, принимает свои решения и не собирается их отменять. Например, если он сказал, что не будет прибирать игрушки, то не будет этого делать. Даже если при этом мама, рассердившись, складывает их в мусорное ведро. Ребенок будет плакать, но решения своего не изменит: прибирать не станет.

4. Своеволие. Ребенок пытается делать все самостоятельно, но при этом не слушает взрослых, которые пытаются ему помочь. Если малыш застегивает пуговицы и позволяет маме показать ему, как это правильно делается, то это

просто стремление к самостоятельности. Когда же он отталкивает мамины руки, не дает ей ничего сказать и показать, плачет и кричит «я сам», но делает все неправильно, то это – своеволие.

5. Обесценивание. Малыш перестает ценить то, что раньше считал важным и дорогим. Например, ломает любимые игрушки, рвет книги. Возможно обесценивание значимых взрослых, и тогда ребенок может обзывать маму и папу, драться со старшими братьями и сестрами, с которыми ранее был в замечательных отношениях.

6. Деспотизм. Ребенок пытается начать командовать в семье, хочет, чтобы его слушались и подчинялись ему. Например, может приказать родителям включить мультики прямо сейчас несмотря на то, что они заняты другими делами. Если его не слушаются, то он кричит и плачет, топает ножками и продолжает требовать.

Кризис трех лет проявляется перечисленными симптомами в той или иной мере у каждого ребенка, но не все из них он проявляет настолько ярко, чтоб родители заметили. Иногда кризис трех лет ограничивается только упрямством и негативизмом, а в некоторых случаях – ясно видны все семь симптомов.

Риски

Если главная потребность младенчества (*потребность в безопасности*) была удовлетворена, то в раннем возрасте формируется *потребность в любви*. Притом особенно остро проявляется потребность в любви родителя противоположного пола. Именно в этот момент при неудовлетворенной потребности закладывается основа Эдипова комплекса и комплекса Электры.

Если на предыдущем этапе развития ребенок испытывал потребность в речевом контакте, то в раннем детстве актуальна потребность в тактильных ощущениях. Если она не удовлетворена, то ребенок на всю жизнь остается тактильно бесчувственным.

Если родители ограничивают самостоятельность и высмеивают попытки ее проявить, то на смену волевой регуляции ребенка приходит *чувство вины и стыда, неуверенность в себе*. Это опасно жизненной пассивностью в дальнейшем,

отрицанием собственного участия в ходе жизни, нерешительностью и неспособностью менять и строить жизнь, согласно собственным потребностям и желаниям.

Результат кризиса

Кризис 3 лет – это важный период в становлении личности ребенка. Когда он заканчивается, психика выходит на новый уровень развития. Согласно теории Л.С.Выготского и А.А. Леонтьева, у малыша меняются следующие сферы жизни:

1. Ведущая деятельность – это деятельность, внутри которой появляются и дифференцируются другие формы деятельности, перестраиваются частные психические процессы и возникают личностные новообразования. После кризиса у малыша возникает совершенно новая ведущая деятельность – *сюжетно-ролевая игра*, в которой он начинает познавать мир отношений между людьми.

2. Социальная ситуация развития – это система социальных условий, которые влияют на внутреннее развитие ребенка. После кризиса у ребенка на первый план постепенно выходит *общение со сверстниками*, взрослый становится примером для подражания в сюжетно-ролевых играх.

3. Возникают личностные новообразования. После кризиса трех лет у ребенка появляются *самосознание, гордость за свои достижения, самостоятельность*.

Несмотря на то, что кризис 3 лет доставляет родителям немало хлопот, он является обязательной ступенью развития ребенка. Преодолев его, ребенок становится другим: самостоятельным, осознанным, рассудительным, начинает больше понимать и уметь. Без личностных кризисов ребенок не смог бы вовремя отделиться от мамы, осознать себя и понять, на что он способен, чего он хочет и что может, а чему только предстоит научиться.

Рекомендации родителям

1. Запаситесь терпением. Не стоит пытаться во время истерики давить на малыша, кричать на него и угрожать наказанием. Эти действия могут дать

обратный эффект: чем больше ребенок ощущает препятствий, тем интенсивнее он с ними борется.

2. Договариваться. Например, зная, что ребенок может закатить истерику в магазине, договориться купить для него что-то одно, при этом сказать, что если он начинает капризничать, то из магазина придется выйти. И обязательно выполнять эти условия. Если все прошло удачно, то нужно похвалить малыша за достойное поведение.

3. Устанавливать границы. Малыш должен четко знать, что ему можно, а что – нельзя. При этом нельзя отменять запрет из-за того, что ребенок заплакал. Лучше после того, как он успокоится, поговорить с ним о том, что произошло. Также успокоиться малышу помогает самостоятельное проговаривание сложившейся ситуации.

4. Ограничить употребление слова «нельзя». Чем больше ребенку запрещается, тем больше ему хочется попробовать и проверить. В результате малыш будет протестовать и отстаивать свои права.

В период кризиса трех лет разумно запрещать делать только то, что:

- вредит здоровью самого ребенка;
- угрожает другим людям или животным;
- приводит к порче действительно ценного имущества.

5. Давать ребенку больше самостоятельности. Пусть он сам проверит: холодно ли на улице зимой в сандалиях? На то, чтобы он вышел на улицу и понял, что замерз, потратится в разы меньше времени и нервов, чем на то, чтобы уговорить трехлетку надеть не сандалии, а валенки.

6. Быть последовательными. Обязательно выполнять свои обещания – как позитивные, так и негативные. Кроха должен знать: если мама сказала, что после садика предстоит прогулка во дворе, то она должна состояться; а если сообщила, что не даст сладкого, если не съест суп, то сладкого он действительно не получит. Нельзя ребенку что-то запретить, а через несколько минут – разрешить, и наоборот.

7. Называть чувства ребенка. Это приводит к осознанию им своего состояния. Сообщать ему «ты сейчас злишься, потому что...», «ты обиделся,

потому что...». К концу кризиса ребенок вместо истерики сам научится говорить «я расстроился, потому что у меня не получилось собрать дорогу для машинки».

8. Снимать психическое напряжение. Для этого отлично подходит рисование, игры с песком, лепка из пластилина и теста, игры с водой.

9. После ссоры с ребенком, когда он уже успокоился, обязательно нужно восстановить с ним связь. Обнять, сказать, какой он хороший и любимый, погладить и приласкать. Это важно для поддержания эмоционального контакта с ребенком в будущем.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, кризис трех лет характеризуется освоением ребенком «должен» и «хочу», их сопоставлением и разграничением. Возникает потребность *самостоятельного выбора, развивается воля.*

Ребенок анализирует «хочу», «должен» и «нельзя» и в итоге формулирует «могу». При вседозволенности со стороны родителей или наоборот строгих ограничениях кризис затягивается. Оптимальный вариант воспитания на этом этапе – направить ребенка в ту деятельность, где он сможет полноценно проявлять свою самостоятельность. Как правило, речь идет о *ролевой игре.* Она позволяет проигрывать сценарии, применять на себя роли и обязанности, развивать свою самостоятельность, учиться принимать решения.

Подготовила:

Педагог-психолог МАДОУ

МО г. Краснодар

«Центр – детский сад № 231»

Щёголева Д.А.