

Кризис 3 лет и как его преодолеть

К 3 годам родители часто начинают замечать серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озадаченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит важный для ребенка процесс: первое яркое выражение своего “Я”, попытка отделения от родителей, научиться многое делать самостоятельно. Этот период в жизни ребенка психологи и педагоги называют “кризисом 3 лет”. Кризисы бывают не только в детстве, это относительно короткие (от нескольких месяцев до года) периоды жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса, это вовсе не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для его дальнейшего развития. Таким образом, не надо пугаться кризисных проявлений, опасны только проблемы непонимания между родителями и малышом.

Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:

- Пик упрямства приходится на 2,5-3 года жизни
- Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5-4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная
- Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки
- Девочки капризничают чаще, чем мальчики
- В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются по 5 раз на день, у некоторых – до 19!

Что могут сделать родители?

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ упрямства, но не очень волнуйтесь за ребенка
- Во время приступа упрямства оставайтесь рядом с ребенком, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете
- Не пытайтесь в это время что-либо внушить своему ребенку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее взбудоражат ребенка
- Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали “нет”, оставайтесь и дальше при этом мнении, будьте последовательны.
- Капризность и упрямство требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: “Посмотрите, какая плохая девочка, ай-ай-ай!” Ребенку только того и нужно.

Постарайтесь схитрить: “Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка и т.д.)!”, “А что это там за окном ворона делает?” - подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризулю, он успокоится.