

"Я САМ": РОЛЬ КРИЗИСА 3-Х ЛЕТ В РАЗВИТИИ РЕБЕНКА



Кризис 3-х лет – это период в развитии ребенка, который начинается примерно в возрасте 2-3 лет и продолжается до 4-5 лет. В этот период дети проходят через множество изменений в своем поведении и развитии, которые могут вызывать трудности как у самого ребенка, так и у его родителей. Это один из кризисов симптомы которого наиболее ярко и остро проявляются в поведении.

Основные признаки кризиса 3-х лет включают в себя:

- Упрямство и сопротивление взрослым;
- Постоянная потребность в самостоятельности;
- Нестабильность настроения, частые перепады эмоций;
- Отказ от прежних важных видов деятельности, игрушек и всего, что было важно и ценно;

- Грубость и передразнивания в отношении родителей или близких взрослых;
- Спонтанное проявление эмоций, включая крик, слезы и бурную радость;
- Повышенная активность и энергия;
- Сложности в контроле своих действий и поведения;

В основе возникновения кризиса лежит противоречие двух равнозначных тенденций в жизнедеятельности ребёнка: стремление принимать участие в жизни взрослых и утверждение самостоятельности. Появляется позиция «я сам», которая требует от родителей пересмотр системы отношений и предоставления большей автономности. Каждый результат действия является для ребёнка утверждением своего Я.

Ребенок стремится показать, что он уже в состоянии многое делать самостоятельно и не хочет, чтобы его постоянно контролировали. Кроме того, в этот период ребенок начинает ощущать свою уникальность и индивидуальность. Он начинает проявлять интерес к своей внешности и как он выглядит в глазах других. В этот период перестраивается система его жизнедеятельности: переход от домашней жизни к социальной, включая посещение детского сада. Все это вызывает стресс у маленького ребенка, который еще не умеет справляться с множеством новых впечатлений, требований и ожиданий.

Родителям необходимо помочь детям пройти кризис 3-х лет, создавая для них комфортную и безопасную среду, вознаграждая положительное поведение и практикуя терпение и понимание:

- Будьте терпеливы. Ребенок может быть нервным, капризным и привередливым. Не пытайтесь заставить его делать то, что он не хочет делать. Дайте ему время и поддержите его;
- Предоставьте ребенку возможность участвовать в принятии решений. Спросите, что он хочет поесть, что хочет надеть или чем заняться. Позвольте ребенку выражать свои предпочтения;
- Предоставьте ребенку возможность играть и общаться с другими детьми. Это поможет развиваться и научит общению со сверстниками;

- Установите жёсткие правила, но будьте гибкими. Ребенок должен знать, что есть определенные правила, которым нужно следовать, но при этом нужно быть гибким, чтобы адаптироваться к его потребностям;
- Не забудьте про свою любовь и внимание. Кризис 3-х лет – это период, когда ребенок чувствует особую потребность в любви и заботе родителей несмотря на все упрямство и негативные поведенческие проявления. Показывайте свою любовь и поддержку, не забывайте улыбаться и обнимать своего ребенка.

Позволяя ребенку выражать свои предпочтения, он учится соотносить свои желания с социальными требованиями и нормами.

Кризис затягивается, если взрослые беспрекословно принимают все хотелки ребёнка и в таком случае формируется вседозволенность, или же наоборот жестко ограничивают самостоятельность ребёнка, высмеивают или наказывают за проявления индивидуальности и намерений что-либо сделать самому. Так, формируется чувство стыда и неуверенности, подавляется мотивация к действию, реализации и пониманию своих желаний. А потом мы удивляемся, почему «ему или ей ничего не интересно, нет желания что-то делать и узнавать, ничем не интересуется и т.п.». Как следствие во взрослом возрасте все заняты поиском: кто мотивации, кто ресурса, кто своего предназначения, кто внутреннего ребёнка, а кто совсем отчаялся пишет списки и отправляет шарики в небо.

Кризис 3-х лет – это нормальная и чрезвычайно важная стадия развития ребенка, связанная с формированием личности! Поддержка, терпение и понимание важности этого периода развития и, конечно же, любовь помогут вам и вашему малышу пройти этот период наиболее благоприятно. Важно помнить, что этот период временный и проходящий

*Гавриленко Татьяна Ивановна – педагог - психолог,
консультант Службы психолого-педагогической,
методической и консультативной помощи родителям.
Запись на бесплатную консультацию по телефону 8 416 2 226 247*