

*Кризис трех лет или  
как устанавливать  
запреты*



# Кризис



это переходный возраст в психическом развитии ребенка, в течение которого происходит целостное изменение личности ребенка; возникает при смене стабильных возрастов; характеризуется отмиранием прежних форм взаимодействия с окружающими и формированием новой социальной ситуации развития. Кризис – норма развития.



## *Кризис трех лет. Признаки*

Как определить, что у вашего ребенка начался кризис трех лет? Психологи считают, что кризис трех лет у детей характеризуется **семью основными признаками**. Их впервые выделил и назвал известный психолог Л.С. Выготский



Первый признак - **негативизм**.

Ребенок пытается всегда и во всем противоречить взрослым. Это не просто послушание: трехлетний ребенок может поступить даже наперекор самому себе, лишь бы насолить родителям. Как говорится, "назло маме уши отморожу".

При кризисе трех лет детский негативизм иногда доходит до смешного - ребенок отрицает очевидные вещи, называя кошку собакой.



Следующий признак кризиса трех лет - **упрямство**. Ребенок будет стоять на своем до последнего, игнорируя потребности и желания других людей. Ребенок упрямится не потому, что ему чего-то действительно хочется, а просто ради того, чтобы переупрямить взрослых. Иногда упрямство ребенка может переходить в детские истерики, причем нередко - в людных местах.



К признакам кризиса трех лет причисляют и **своеволие**. В три года в речи ребенка появляется местоимение "Я". Он все стремится делать сам и только сам, без помощи взрослых, даже если это ему не под силу. Для того чтобы уговорить родителей разрешить ему сделать что-то самостоятельно, он может использовать любые методы.

Кризис трех лет у детей проявляется также в **строптивости**. Ребенок бунтует против привычных правил и норм. Он может отказаться умываться и чистить зубы, игнорирует требования взрослых. Это протест не против конкретных людей, а против уклада и системы в целом.





Последний признак кризиса трех лет - **деспотизм**. Ребенок пытается заставить окружающих плясать под его дудку, подчинить себе все и вся. Если ребенок в семье один и ему привыкли потакать, деспотизм проявляется особо ярко. Если у ребенка есть младшие братья или сестры, деспотизм может проявляться как ревность.

Кризис трех лет непременно сопровождается **протестом**. Ребенок постоянно пытается с кем-то воевать, причем как с окружающими, так и с самим собой. Конфликты со взрослыми неизбежны и становятся все более частыми.

Характерным для кризиса трех лет является **обесценивание**, в первую очередь - обесценивание родительского авторитета и привычного уклада жизни. Ребенок может дразнить родителей, обзывать и ругать их. Он теряет интерес к старым игрушкам, ломает и выкидывает их. Ранее дорогие и любимые вещи и люди теперь вызывают неприязнь и отторжение.

# *Кризис трех лет. Как пережить?*



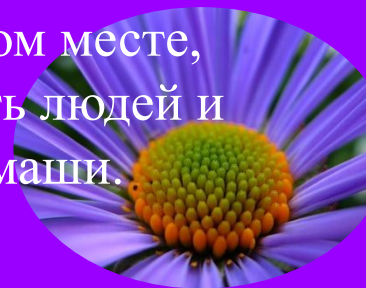
Кризис трех лет у детей неизбежен, поэтому родители должны быть к нему подготовлены. Как правильно вести себя с маленьким деспотом? В первую очередь, заранее приучайте ребенка к твердому распорядку дня. Мы упоминали выше, что кризис трех лет характеризуется стремлением рушить устои, и чем тверже они будут, тем хуже это будет получаться у ребенка. Впрочем, не стоит слишком сильно на него давить. В каждой семье существуют свои запреты. Следите, чтобы слова в этом случае подкреплялись делом. Если вы запретили что-то ребенку, не нужно делать исключений: он увидит, что запреты можно нарушать по собственному желанию, и негативные проявления кризиса трех лет усугубятся. Но не устанавливайте излишних ненужных запретов просто чтобы приучить ребенка к дисциплине - ничего хорошего из этого не выйдет.



Во время кризиса трех лет ребенок будет проявлять все большую самостоятельность. Не надо все время ругать его за это. Конечно, за серьезные проступки нужно наказывать, но **не нужно пресекать любые проявления самостоятельности.**

Не пытайтесь избегать конфликтов, все равно это невозможно. Потакая ребенку, вы тем самым утверждаете его превосходство, и капризное поведение может закрепиться и остаться с ним и после кризиса. **Научитесь говорить "нет", когда это действительно необходимо**, это поможет избежать многих проблем в будущем. Если ребенок капризничает, особенно в общественном месте, **не кричите на него ответ.**

Во-первых, вы все равно не сможете до него достучаться, пока он кричит или плачет. Во-вторых, цель его истерики - привлечения вашего внимания. Без аудитории ребенок быстро успокоится, и вы сможете спокойно поговорить. Сохранив спокойствие и игнорируя истерику, вы ускорите ее завершения. Конечно, если вы находитесь в людном месте, сперва уведите оттуда ребенка, чтобы не раздражать людей и не создавать себе репутацию безразличной мамы.



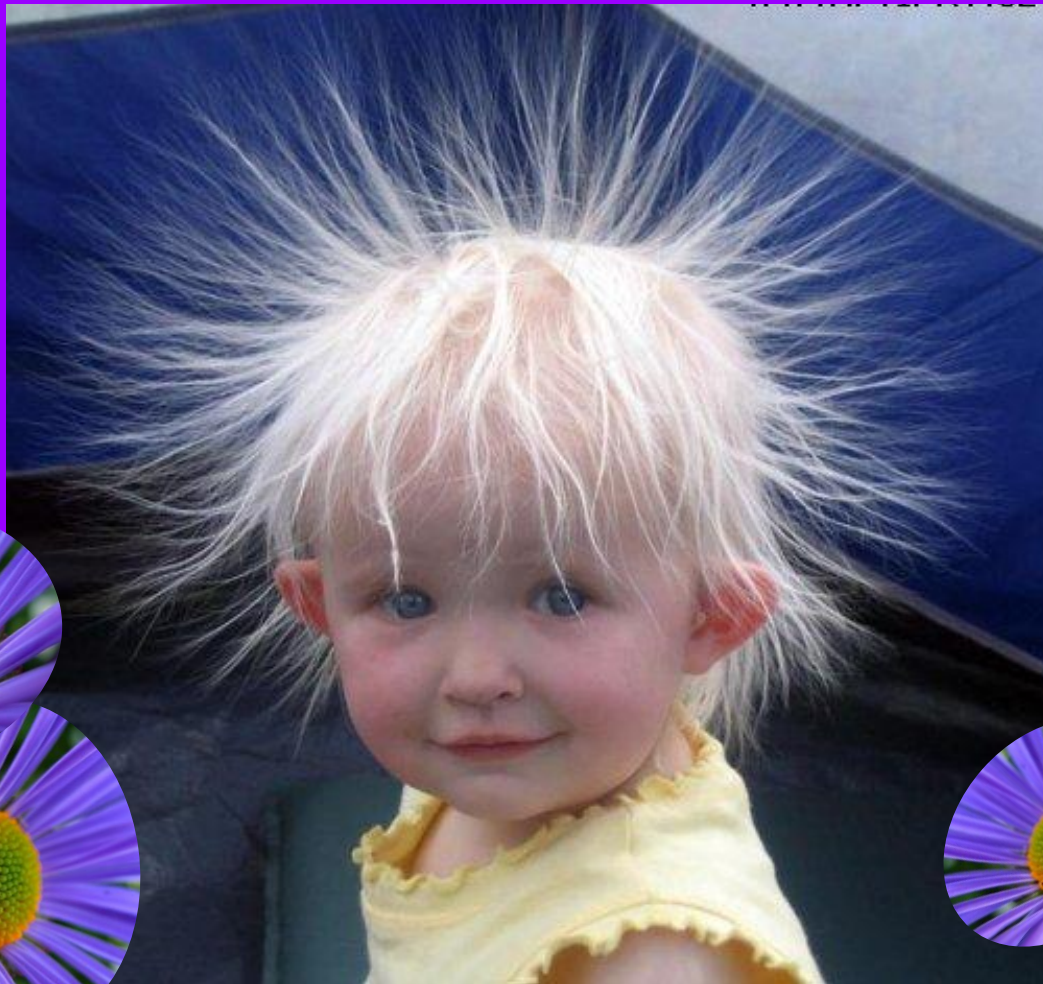


Во время кризиса трех лет важно **соблюдать золотую середину**. Чрезмерная авторитарность так же плоха, как и излишняя мягкость и уступчивость. Привыкайте к тому, что ваш ребенок начал осознавать себя как личность. Поощряйте проявления самостоятельности, пытайтесь найти с ним общий язык при решении проблем, предоставляйте ему альтернативные варианты, если это возможно.

Не воспринимайте кризис трех лет как нечто страшное. Это естественный этап развития ребенка, который рано или поздно пройдет. **В этот период ребенку как никогда нужна ваша поддержка, любовь и забота.** Ему непременно придется порадоваться вашей позитивной настройке, и вы вместе сможете преодолеть это непростое время.



*Будьте счастливы!*



## Рекомендуемая литература:

- Здоровье ребенка и здравый смысл его родственников. Е.О. Комаровский. Изд.: Эксмо, 2009.
- Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили. Элен Мазлиш, Адель Фабер. Изд.: Эксмо, 2011.
- Методика раннего развития Марии Монтессори. От 6 месяцев до 6 лет. В. Дмитриева. Изд.: Эксмо, 2011.
- Общаться с ребёнком. Как? Ю. Гиппенрейтер. Изд.: АСТ, 2008.
- Психологический словарь (Авторы-составители: В.Н. Копорулина, М.Н. Смирнова, Н.О. Гордеева, Л.М. Балабанова; Под общей ред. Ю.Л. Неймера. Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
- После трех уже поздно. Масару Ибука. Изд.: Альпина нон-фикшн, 2012.
- Хорошо вести нельзя капризничать. Элесон Шефер. Изд.: Эксмо, 2012.

