

# "Не хочу! Не буду! Не надо!": кризис трёх лет



## "Не хочу! Не буду! Не надо!": кризис трёх лет

- это эмоционально очень тяжёлый период развития, как для родителей, так и для самого ребёнка.

Изменяется поведение малыша, обостряется его стремление к самостоятельности, он начинает чувствовать себя независимым от взрослых. **В чём же причины этих явлений? Как максимально безболезненно пережить время кризиса?**

Уже отмечалось, что в это время ребёнок становится более самостоятельным, независимым от родителей, начинает понимать, что уже многое он может сделать сам, без их помощи. Проявление самостоятельности связано с попыткой ребёнка научиться жить и действовать самому, как отдельному, ни от кого не зависящему существу.

Одним из признаков этого является то, что малыш начинает говорить о себе в 1 лице. Если раньше вы слышали: "Маша хочет пить!", то теперь ребёнок совершенно отчётливо произносит: "Я хочу пить!" Слово "Я" в его лексиконе становится одним из самых употребляемых. Вы только и слышите: "Я... я... я!". Это "Я" постепенно переходит в "Я сам!"

Это очень тонкий момент, на который следует обратить особое внимание. Внешние проявления

кризисного поведения малыша связаны с его упрямством, негативизмом и строптивостью. Ребёнок хочет быть хозяином своего поведения и настаивает на этом. Его упрямство - способ проявления собственной воли. Он не даёт маме помочь одеть колготки, построить дом из кубиков, на прогулке тянет её туда, куда хочется именно ему. На любое возражение может реагировать криком, слезами, нередко переходящими в настоящую истерику. Он часто отказывается от любого предложения взрослого - "Не хочу!", "Не буду!", "Не надо!". Такая капризность ребёнка - пока единственная возможность проявления своей значимости, а также возможность потребовать её уважения от других. Он отрицает всё, что исходит от взрослого.

Следует ещё раз подчеркнуть, что такое тяжёлое кризисное поведение - абсолютно нормальное поведение для трёхлетнего ребёнка. Яркое проявление самостоятельности и самоутверждения ребёнка - свидетельство того, что его развитие идёт в соответствии возрасту. Не стоит пугаться кризисного поведения, не стоит говорить ребёнку, что он "плохой" или хуже других. Надо попытаться помочь ему преодолеть этот сложный период и смягчить проявления кризиса.

**Так как же лучше реагировать на упрямство и капризы ребёнка? Как помочь преодолеть кризис трёх лет? Попробуйте воспользоваться**

## **следующими советами:**

- Поощряйте самостоятельность и активность малыша. Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя;
- Установите границы активности малыша. Они должны определяться сферой его безопасности. Покажите ребёнку зону "можно" и "нельзя";
- Будьте последовательны в своих требованиях. Если вы что-то не разрешаете ребёнку, то стойте на своём до конца. В противном случае слёзы и истерики станут для него удобным способом добиться своего;
- Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребёнку одинаковые требования;
- На пытайтесь ругать или уговаривать ребёнка во время приступа упрямства. Скорее всего, он просто не обратит на вас внимания. Для любой истерики требуется зритель, и ваше особое внимание будет только на руку маленькому упрямцу;
- Во время приступа попытайтесь переключить внимание малыша, показав ему что-то новое и интересное. Подобные приёмы могут отвлечь внимание капризули от плача и истерики. В противном случае, вы можете какое-то время не обращать на него

внимание - истерика пройдет сама собой, ведь кричать и топтать ногами без зрителей совсем не интересно.

## Кризис трех лет

### *Кризис трех лет – наши дети*

Детский смех, детский восторг – что может быть прекраснее? Что ещё дарит нам столько умиления и красоты? Кто может нас заставить улыбнуться даже при самом гадком самочувствии? Конечно, дети. Дети в возрасте 3-х лет делают это с особым успехом, ведь они самые непосредственные, самые смешные и .... самые капризные.

Казалось уже самое страшное позади – море пеленок и ползунков, которые надо перестирать и перегладить, бессонные ночи у кроватки новорожденного малыша – всё это закончилось, дитё подрастает. Но пеленки сменяются сломанными игрушками или ещё хуже предметами пользования взрослых, бессонные ночи сумасшедшими днями. Ребёнок капризничает по каждому поводу, ему не угодишь не игрушкой, ни пирожным, ни даже мультфильмом.

Что же происходит? В психологии этот кошмарный период вашей жизни называют кризисом 3-х лет вашего монстра. Кризис 3-х лет относится к числу самых острых. Острый он не только для ребенка, но в

большой степени для родителя. Ребенок неуправляем, впадает в ярость. Поведение почти не поддается коррекции. Ребенок вроде уже и говорит и ходит, и кушает зубками, но родители не понимают его так же, как в период, когда он просто криком орал из-за невозможности сказать. Родители просто сбиты с толку поведением своего чада.

Возрастной кризис, конечно, проходит, как и любой другой. Но всё же, вооружившись знанием об основных симптомах этого кризиса, вы сможете пережить этот переломный момент гораздо легче и безболезненнее.

### **Итак, основные симптомы:**

#### **Негативизм.**

На любое ваше предложение ребёнок старается ответить словом «нет». Вы его зовете кушать – он отвечает, нет, через полчаса он уже приходит на кухню, всем своим важным показывая, что вот сейчас он проголодался. Это реакция не на содержание предложения взрослых, а на то, что оно идет от взрослых. Стремление сделать наоборот, даже вопреки собственному желанию.

#### **Упрямство.**

Каждый из нас часто встречает в магазине

разрывающегося от плача ребенка из-за того, что родители отказываются ему купить что-то. Вы сразу подумаете – «какой невоспитанный ребёнок», скорее всего ребенку около 3-х лет. Ребенок настаивает на чем-то не потому, что хочет, а потому, что он этого потребовал, он связан своим первоначальным решением.

### **Строптивость.**

Она безлична, направлена против норм воспитания, образа жизни, который сложился до трех лет. Ребенок начинает баловаться, кувыркаться, когда вы смотрите телевизор или готовите ужин, или ещё хуже, когда к вам приходят гости.

### **Своеволие.**

Стремится все делать сам. Он сам мажет бутерброд, завязывает шнурки, заправляет постель. Это связано с первыми проявлениями взрослости ребёнка. Он начинает понимать разницу между детьми и взрослыми, и стремится к похожести на последних.

### **Протест-бунт.**

Ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими. Он грубит бабушке, пререкается с мамой, даже сверстники не обходят этот протест стороной. Группа маленьких кризисников в песочнице

часто ссорятся. Не дают играть в свои игрушки, и дерутся, робко размахивая лопатками.

### Симптом обесценивания

Проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей. Отказывается признать свою неправоту и попросить прощения за грубость даже под угрозой лишения шоколада.

### Деспотизм.

Ребенок заставляет родителей делать все, что он требует. Безудержными рыданиями, дерзким обращением, капризностью. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм проявляется как ревность.

Такое поведение ребёнка вызвано становлением личности ребёнка, становлением самосознания ребенка. Появляется его собственное «Я», он начинает осознавать себя как личность, воспринимать окружающую действительность со своей собственной колокольни, через призму своих пониманий, знаний и интересов. Ребенок познает различие между "должен" и "хочу".

У детей начинает формироваться воля, которую психологи называют автономией (независимостью, самостоятельностью). Дети перестают нуждаться в

опеке со стороны взрослых и стремятся сами делать выбор. Если кризис протекает вяло, это говорит о задержке в развитии аффективной и волевой сторон личности. Вместо автономии возникают чувство стыда и неуверенности. Поэтому в этот период, необходимо дать ребёнку пройти этот кризис, этап становления его как самостоятельного субъекта. Родителям нельзя ограничивать в этот период проявления независимости ребенка, наказывать или высмеивать всякие попытки самостоятельности.

Это отнюдь не значит, что нужно перейти в режим вседозволенности, такая тактика и поведения тоже является неправильной. Кризис затягивается, если взрослый стоит на позиции "хочу" (вседозволенность) или "нельзя" (запреты). Нужно найти золотую середину между этими двумя крайностями во взаимоотношениях с ребёнком. Главная задача родителей на этом этапе объяснить и показать на примере значение «могу», помочь ребёнку обрести это «могу»: он должен научиться соотносить свое "хочу" с "должен" и "нельзя" и на этой основе определить свое "могу".

Возраст очень маленький, и, несмотря на рождение личности в душе ребёнка, объяснить ему что-то доступно, конечно трудно. Поэтому следует просто предоставить ребенку сферу деятельности, где бы он мог проявлять самостоятельность. Эта сфера деятельности – в игре. На этом этапе взросления будет

полезна ролевая игра с ее особыми правилами и нормами, которые отражают социальные связи, она и послужит для ребенка тем "безопасным островом, где он может развивать и апробировать свою независимость, самостоятельность" (Э.Эриксон).

Играйте чаще и будьте терпимее к своим любимым трёхлетним монстрам, и вы не заметите, как он превратится в пятилетнего малыша.