



Кризис трёх лет

Каждый родитель любит своего ребенка. Всё идёт великолепно, малютка развивается. Но в один момент поведение ребенка становится невыносимым, как будто его подменили. Он постоянно закатывает истерики, требует, чтобы было так, как хочет он. Весь дом на ушах! У вас постоянная дилемма быть строже и наказывать или продолжать просто принимать его таким, какой он есть.

Вы чувствуете, что не справляетесь и не знаете, что вам делать, чтобы все опять стало нормально?

Все родители рано или поздно проходят через этот момент, когда ребенок отделяется от родителей, понимает, что он отдельная личность, и многое уже может сам. Нет, я описываю не подростковый возраст – это кризис 3 лет!

У одних он проходит чуть мягче, иные семьи сталкиваются с более сильными проявлениями. Но совершенно точно, что через него проходят все. Кризис 3 лет выражается следующими признаками:

- негативизм
- своеволие («Я сам!»)
- протест и бунт
- упрямство
- агрессия на родителей

Чаще эти признаки проявляются комплексно и имеют задачу: противостоять взрослым, даже если их желания совпадают с потребностью ребенка.

Несмотря на достаточно неприятные реакции ребенка, кризис 3 лет – это значительный период становления, в процессе которого формируется воля и самостоятельность.

Чтобы ребенок имел возможность обрести частичную самостоятельность ему необходимо противопоставить себя родителям. Проверяя на прочность окружающих, у ребенка формируется представление о своих способностях, сила воли для достижения желаемого, уверенность в своих силах и др. Очень важно при этом адекватное поведение родителей, в частности:

1. Необходимо предоставить ребенку возможность получать самостоятельный опыт.

Опыт решения простых жизненных задач. Если родители проявляют гиперопеку, создавая вокруг ребенка защитную оболочку, то в дальнейшем может сформироваться тревожный, зависимый тип отношений. Ребенок будет чувствовать, что мир небезопасен, и только около мамы можно выживать. Лишняя опека блокирует зону ближайшего развития, не давая формироваться психике естественным образом. Зона ближайшего развития, это то, что доступно ребенку, но еще не освоено. Ограничение в самостоятельном получении опыта уменьшает этот доступ, делая ребенка зависимым от вас.

2. Установление границ дозволенного.

Можно всё, что не угрожает жизни и здоровью. Кроме свободы у малыша должны быть обозначены границы, соблюдение которых обязательно. Чем больше правил, тем менее они соблюдаются ребенком. Правила должны быть четко сформулированы легкодоступным для ребенка языком. Кроме того, эти правила должны быть стабильны и постоянны.

3. Единая позиция родителей.

В случае если за одно и тоже поведение один родитель ребенка наказывает или ругает, а второй допускает и не обращает внимание, то границы дозволенного смещаются и ребенок становится еще более неуправляемым. Он не понимает, почему родители ведут себя по-разному.

Еще хуже, если родители ругаются между собой при ребенке. Авторитет родителей рушится, ребенок теряет чувство стабильности и безопасности, которое впоследствии пытается найти самостоятельно через агрессию, манипуляции, капризы.

Кризис 3 лет – это не заболевание, это этап развития, через который проходит каждый человек. Важно понимать, что ребенок не способен делать назло. Поэтому на то, как будет протекать кризис 3 лет и насколько успешными будут личностные качества, влияют не только особенности личности, но и реакция и поведение родителей на ребенка.

Желаю Вам успехов в преодолении этого важного в жизни этапа!